



WITH TIME

発行元：一般財団法人杏仁会 熊本市障がい者相談支援センターウイズ

～「地域活動支援センター」をご存知ですか？～

センターでは、障がいのある方が気軽に利用できる日中活動の場を提供しています。センター内・外での活動やレクリエーションなど、様々なプログラムを行います。また、メンバーさんどうしの交流・情報交換の場としても利用できます。料金は基本無料で、ご自分のペースで自由に使えるオープンスペースも利用できます。さらにウイズでは、ボランティアさんの育成や、障がいに対する理解促進の啓発活動も行っています。ウイズも含めて、熊本市内には8か所のセンターがあり、それぞれで活動や憩いの場の提供を行っています。



～地域活動支援センターでの1日～

今回はウイズにいらっしゃるメンバーさんに、どのようにセンターを利用しているのか教えてもらいました！

ミーさんの とある1日	9:00	10:00	12:00	13:00	14:30	16:00	17:00
	来所 メンバーさん とお話し	メンバーさんとプロ ラム活動	昼食	談話室で テレビ鑑賞	メンバーさん とプログラム 活動	メンバーさんと お話し	帰宅



以前は家に居る事が多くて、1人でいると余計な考え事をしてしまうことも多かったです。今はウイズに来てウォーキングをしたり、他のメンバーさんとお話しをしたり、好きなプログラムに参加して過ごしています。自分が楽しいと思える事に取り組むことで、安心して過ごしたいと考えているので、楽しくないことには参加しません(笑)
生活のリズムを崩さずに、心も体も健康的に生活したいと思ってウイズを利用しています。

M原さんのとある1日	9:30	12:30	13:30	14:30	15:15	17:00
	お仕事	昼食	お仕事	運動	帰りにウイズでひと休み	帰宅



ウイズは、仕事帰りに息抜きとして利用しています。フリースペースでスマホゲームをしたり、他のメンバーさんがテレビゲームをしていたら、ときどき一緒にゲームをすることもあります。たまには、趣味の合うメンバーさんとお話しすることもあります。自由に過ごせてストレスフリーな所がウイズの良さだと思います。

ウイズでは、それぞれのメンバーさんが自由な過ごし方をされていて、色々な使い方が出来る場所になっています。見学もできますので、気になる方はぜひお問い合わせください！



～SDGs×障がい～みんなが使いやすい街とは？



11 住み続けられるまちづくりを



SDGsでは17の目標(ゴール)が挙げられていますが、その中には障がいと関わりのある項目(ターゲット)も含まれています。今回は場所に関わる項目をご紹介します。

11-7

2030年までに、特に女性や子ども、お年寄りや障がいのある人などをふくめて、だれもが、安全で使いやすい緑地や公共の場所を使えるようにする。

街中を歩くと、どこにどのようなバリアがあるかに気が付けるよう、事前に考えておくのも良いかもしれません。階段やトイレなどの目に見えるバリアがあれば、みなさんの心や意識、ルールなどの、見えないバリアもあるかもしれません。相手の事を考えて、柔軟に対応することができれば、だれもが安心できる場所をつくれるかもしれませんね。

PLEASE TURN OVER...

～ウィズカフェ～地域交流イベントを開催しました！



「ウィズって中で何やってるの？ 見えないからよく分からないよ。」そのような地域住民の方からのお声もあり、ウィズの室内も解放して、障がいのある・なしに関わらず、住民の方だれもが一緒にまったりしたり、楽しむことのできるカフェとして、1日限定でオープンしました！当日は小学生から大人まで、近隣にお住いの方々や関係機関の方々が来ていただきました。民生委員さんやボランティアさんの助けもあり、笑顔の多いイベントとなりました。ご来場くださったみなさま、本当にありがとうございました！

～わたしのオススメ Vol.2～

ウィズのメンバーさんにオススメを紹介してもらうこのコーナー！今回はメンバーAさんイチオシの「お茶」についてスタッフ緒方との対話形式で紹介してもらいます。

緒方：「Aさんはお茶をよく飲んでますが、好きなんですか？」
 Aさん：「お茶は学生時代、茶道部でその頃からですね。抹茶も好きです。」
 緒方：「お勧めのお茶は？」
 Aさん：「味としてはジャスミン工芸茶の“愛来花”です。(写真のは“尊陽花”)
 コスパ(価格)としてはセブンイレブンの“アールグレイ”です」
 緒方：「工芸茶はどうやって手に入れますか？」
 Aさん：「主に通信販売ですね。あとティーバックは近くのスーパーなどです。」
 緒方：「よく飲むお茶は何ですか？」
 Aさん：「ティーバックのルイボ스티ーです。緑茶も飲みます。あと梅こぶ茶も大好きで、この時期なら冷ましてから飲みます。あと茶道もしてたので自分で抹茶を点でて飲んだりしてます。」
 緒方：「季節柄で飲むお茶は？」
 Aさん：「夏ならルイボ스티ー。冬なら紅茶をよく飲みます」
 緒方：「皆様にひとこと」
 Aさん：「センブリ茶も勇気のある方は飲んでみてください！！」
 緒方：「センブリ茶はとても苦いお茶ですね。勇気のある方はお試しを！！」



《ウィズのご案内》

開館日 月曜～土曜 ※日曜・祝祭日・年末年始はお休みです
 開館時間【月曜～金曜】9:00～17:00 【土曜】9:00～12:30
 電話相談【月曜～金曜】9:00～18:30 【土曜】9:00～12:30
 ※その他時間外は留守番電話での対応となります
 住所 〒862-0972 熊本市中央区新大江3丁目20-3-1F
 TEL 096-200-1571 FAX 096-200-1572
 Email with-supportcenter@kyouninkai.jp
 編集責任者：大関 宏治 編集者：ウィズスタッフ&利用者みなさん

