

身障くわん

発行所
桑名市身体障害者福祉協会
〒511-0033 桑名市赤須賀町
1994-1
発行人 細井 五十鈴
定価 年500円（送料込み）
（購読会費含む）

福祉文化教室のご紹介 「手芸教室」のご紹介

第3月曜日 10時から15時、年間5回あります。
さくらほりきりのキットを使って、押絵・貼り絵
・パウダーアート・マスクケース・シール貼り絵
・和紙工芸・その他いろいろ作っています。
現在生徒数2名になり少々寂しいので、興味のある方はぜひ見学に来てください。
どなたでも出来ます、ゆっくりとご指導いたします。



「ピアノ教室」のご紹介

療育手帳保有者対象のピアノ教室です。
月1回、第3土曜日午前の部10時から12時、
午後の部13時から15時に分かれて、先生の
ピアノに合わせて楽しく歌ったり、鈴やカスタネット
など使ったりしています。生徒もピアノを
弾いています。
曲目は季節に合った曲等を取り入れたり、
生徒の希望する曲も歌っています。
先生と楽しく歌いませんか。興味のある方は
ぜひ、見学に来てください。



お身体の不自由な方の免許取得をお手伝いします

北勢自動車学校

桑名市安永 992-0594-23-2525

ホームページ <http://www.hokusei-ds.com>

- * 担当指導員が卒業するまで責任をもって指導します。
- * 教習車は、操作のやさしい新型車を入れました。
- * 校舎内は、エレベーター、専用トイレ等完備しています。
- * 各方面よりスクールバスを運行しています。

あんな坂、こんな坂、

まさかの坂

水谷貴美子

「地獄から一歩抜け出られた！」と携帯に打ち込んで送信できたのが入院して9日目の朝だった。

筋力が戻りひとりでトイレへ行けた日は嬉しかった。

◆短歌(旧仮名遣い)

◆みずみずと独りの朝よ 介助
受けずトイレより帰還 地獄を
抜けた!

車いすを使って地域で暮らす
80歳。

いままでに、あんな坂、こんな坂のいくつかを越えてきたはずだが遂に、「まさかの坂」に出遭った。

車いすもろとも、大山田川へ転落し、気絶したまま海南病院へ搬送された。後頭部6針を縫った傷の痛みと、全身の打ち身の痛みに耐えながらの2週間、時計の針が止まったのではないかと思うほどに長い「まさかの坂」だった。

今、その転落にいたった経緯を記す気力は無い。

◆川底の生死の淵にゐたまひし神に救はれた 命なりけり

決して見通しのきく転落現場ではなかったが、車で通りかかった地域の人が見つけ通報してくれた。奇跡というほかない。

今回の入院を通して日に2回のリハビリを受けながら、療法士から「ため」になる話を聞かせていただいた。

加齢とともに体力と筋力は弱っていく。これは自明の理であって防げられないが、下降線を緩めることはできる。

事故などで、筋力がいきなり落ちることは決してない。が、寝たきりになってしまうと筋肉量はあつとつと減っていき、筋肉の瞬発力も奪われてしまう。ベッドに横になり安静に養生をする」というのは間違いで、大事なものは、ゆっくりと体力をつけていくことである。まず椅子に座っているだけでもよいので体を支えることから始めていく。

あとは目的意識的に手足の運動、歩行、体操をするなどへと質を高め、自分との折り合いをつけながら『持久力』をつけることである。そのための前提として日頃の「運動」または「筋肉トレーニング」が欠かせない。まさに、備えあれば憂いなしのごとく、入院した時のための心掛けであると教えていただいた。肝に銘じた。

◆70球を鉢に託せしチューリップ 芽のふたつみつ眩しかりとも

入院する1週間前のチューリップの芽はぐつと増え、ぐんぐんと伸び春を引き寄せている。退院して2日目の今日、「春の来ない冬はない」と囁くように風花が舞っている。

2月17日記



障がい就業継続支援B型事業所 三重県指定2110400468号

さくら

障がいにより就職が困難な方に働く場所を提供します。

所在地 桑名市大字小貝須字柳原441番地2
代表理事 林 洋蔵

☎0594-88-5303 携帯 080-4558-9037

全面バリアフリー!
「働きたい」「なかまがほしい」をサポート致します!

まずはお気軽にお問い合わせください。

ふれあいサロンみちくさ

ちよつと一息、コーヒータイム

毎月最終金曜日開店 10時~14時
桑名市総合福祉会館ロビー

楽しい旅のエヌエヌ!!

北勢観光サービス

家族・グループ・団体旅行etc

桑名市安永1531
☎ 22-3363

貝新 フーズ 株式会社

寺町本店 南寺町46 (0594) 21-6663
9:00~18:30(月曜定休)
但し三八の市が月曜の場合火曜定休
☎0120-097-490

毎日テレビのニュースで

コロナの感染状況が発表されています。早く終息してくれることを願っています。3月6日迄まん延防止等、重点処置が延長されます。

暗いニュースばかりで気分が沈んでしまいます。

ちよつと一息 18歳の若者と81歳の違いをおもしろ可笑しく表現しているものを見つけました。ちよつと紹介しますのでお楽しみください。

18歳の私

- ・恋に溺れる
- ・道路を爆走
- ・心がもろい
- ・ドキドキが止まらない
- ・恋が胸をつまらせる
- ・偏差値が気になる
- ・まだ何も知らない
- ・自分を探してる

81歳の私

- ・風呂で溺れる
- ・道路を逆走
- ・骨がもろい
- ・動悸が止まらない
- ・餅が喉を詰まらせる
- ・血圧・血糖値が気になる
- ・もう何も覚えていない
- ・皆が自分を探してる

障害者作品展

ご来場お待ちしております。

身障くわな2月号でご案内しております。総合福祉会館大会議室にて3月10日(木)〜12日(土)迄 作品展が行われます。

施設作業所の販売も計画しております。

感染予防には、配慮しております。安心してお越しください。お待ちしております。



令和四年度

桑名市視覚障害者協会

定期総会開催のお知らせ

記

日時：4月14日(木)

9時半受付

午前10時より

場所：桑名市総合福祉会館

(第2会議室)

会長 水谷幸子

☎090-22263-

1498

福祉俳句会 一月

つつがなく米寿迎えて日向ぼこ ひなた

伊藤 豊

友と別れ帰る街空日脚伸ぶ

水谷 淑子

春光を浴びて大樹の息づけり

水谷 康子

吹く風もどこはかとなく春に立つ

片桐 てるゑ

何事も我慢我慢の一月尽

松本 道子

大寒を朱色で囲む介護の日

森 繁生

こまちの会 (作業室)

小物作りと

身障くわな発送作業

3月27日(日) 10時より

当金庫では、目のご不自由なお客様のために、プッシュボタンで「お預け入れ」「残高照会」「通帳記帳」の操作ができるハンドセットの付いたATMを設置させていただいております。ぜひご利用ください。なお、詳細につきましては、お近くの店舗窓口へお気軽におたずねください。

地元とともに



桑名三重信用金庫

桑名市大中央町 20 番地
TEL0594-21-7111

住宅リフォーム・福祉用具レンタル、販売



株式会社

さくらライフクリエイト

桑名市江場 413

☎ 0594-87-7113

名産・しぐれ蛤・製造販売

貝増商店

本店 鍛冶町 22-0543

赤須店 22-4908

寺町支店 22-1411



3月在宅障害者福祉文化教室のご案内



お申し込みは総合福祉会館内 デイサービス事業運営委員会まで(☎・fax 22-5003)

日	曜日	時 間	教室・講座	内 容	教材費
1	火	13:00~15:00	俳句教室	月例会	
10	木	9:00~15:00	更生相談	生活全般に関すること	
10	木	9:00~12:00	生け花教室	作品展用製作	材料代 800円
10	木	9:00~16:00	作 品 展	大会議室	
11	金	9:00~16:00	作 品 展	大会議室	
12	土	9:00~15:00	作 品 展	大会議室	
24	木	9:00~15:00	更生相談	生活全般に関すること	
26	土	10:00~15:00	趣味のサークル	サークル活動	

福祉文化教室講座のご案内(障害者手帳お持ちの方対象)

講 座 名	内 容	実 施 日	年間受講料
書 道	実用書の練習	第1月 1時~3時 11回	500円
俳 句	月例会	第1火 1時~3時 12回	500円
朗 読	民話・童話などの朗読	第1水 1時30分~2時30分 10回	500円
生 け 花	季節の花を生ける (500円~800円)	第1土 10時~12時 11回	500円
カ ラ オ ケ	課題曲・自由曲	第1土 10時~3時 11回	500円
料理(男)第2火	簡単に出来る料理 (材料費 400円)	第2火 10時~1時 10回	500円
絵 画	油絵 (キャンパス代 500円)	第2木 1時~3時 10回	500円
金 曜 編 物	手編みを楽しむ (材料は各自)	第2金 10時~3時 11回	500円
手 芸	キット使用 (1作品 1000円前後)	第3月 10時~3時 5回	500円
料理(女)第3火	簡単に出来る料理 (材料費 400円)	第3火 10時~1時 10回	500円
体 操	運動不足解消の軽体操	第3火 1時30分~3時 10回	500円
絵 手 紙	絵と文字で素敵な作品、友達づくり	第3水 1時~3時 10回	500円
ピアノ(午前)	療育手帳対象者 15歳以上	第3土 10時~12時 11回	1500円
ピアノ(午後)	療育手帳対象者 15歳以上	第3土 10時~3時 11回	1500円
月 曜 編 物	手編みを楽しむ (材料は各自)	第4月 10時~3時 11回	500円
カローリング	誰もが出来る楽しいスポーツ	第4月 10時~12時 9回	
料理(女)第4火	簡単に出来る料理 (材料費 400円)	第4火 10時~1時 10回	500円
ち ぎ り 絵	和紙の貼絵 (材料費 800円)	第4火 1時~4時 10回	500円
卓 球	サウンドテーブルテニス (視覚障害者対象)	第4木 10時~12時 5回	
園 芸	寄せ植え (材料費 1000円~2000円)	(12月・3月) 10時~12時 2回	