

市民交流センター・授産活動支援センターが主催する教室・講座・イベントの情報をお届けします。

# 市民交流センターだより

## 第7号

発行：堺市立健康福祉プラザ 市民交流センター 〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号 tel.072-275-5017 fax.072-243-0330

### 『大仙校区夏まつり』に参加して

みなさんこんにちは～所長の辻尾です。猛暑続きだった夏も過ぎ、暦では秋を迎えましたが、日中の暑さはまだまだ厳しく、利用者の皆さまにはご自愛ください。

さて、去る7月25日（土）、健康福祉プラザの地元大仙小学校で『大仙校区夏まつり』が開催され、当プラザからも昨年に引き続き夜店を出店させていただきました。

この夏まつりは、主催者の井辻自治連合会長さんからは、大規模災害などが発生した時に、お隣やご近所との助け合いが何よりも大事で、日ごろからご近所同士の顔の見えるお付き合いの大切さや地域コミュニティの醸成を促進する目的で、開催しているとお聞きしています。

プラザからは、授産製品の販売をしている「サライ」と「ユウの家」の2事業所から、手作りの美味しいサーアングギーとパンの販売を行ったところ、みごと完売いたしました。

また、市民交流センターと生活リハビリテーションセンターの職員ボランティアにより、子どもさん向けに、射的



やコリントゲーム、光物のおもちゃ販売などを行いましたところ、開店から閉店間際まで行列ができるほど大盛況で、子どもたちの笑顔を横目に楽しい汗をかかさせていただきました。

この夏まつりを通じて、多くの子どもさんや周辺地域の皆さまとふれ合い、交流ができたことは、プラザにとっても大きな財産となり、今後も地域の皆さまとの交流・連携を何よりも大切にしていきたいと考えています。

暑い中、準備・運営にあたっていただいた地域や事業所の皆さま、本当にありがとうございました。

市民交流センター所長 辻尾日出夫

## 「わくわくサマースクール」を開催しました!!



平成27年8月28日（金）に、わくわくサマースクールを開催しました。本スクールは、小学生を対象に障害理解を深めてもらうことを目的に実施しています。今回は、堺市と関西大学との連携事業として実施しました。参加した小学生は21名のうち、視覚に障害のある児童も6名参加しました。

プログラムは、①車いすについて知ろう!と②ボルダリング体験!を行いました。

車いすについて知ろう!では、車いすの特性について学んだり、車いすの方といっしょに楽しめるゲームを体験したり、電動車いすに乗ってタイムトライアルに挑戦しました。

また、ボルダリング体験では、眼の見えないクライミング世界チャンピオンの小林さんを講師にお招きして、ロープを使わずに登るクライミングを体験しました。そして、最後に関西大学の涌井教授から、「健康福祉プラザこどもサポーター認定証」が授与されました。

目が見えない子どもが、ゲームやボルダリングをしている時に、他の子どもたちが「次は右、左!」と声をかけチームで協力し合っている姿が印象的でした。助け合い、工夫をすれば障害の有無に関わらず共に楽しめるということ学ぶことができたのではないのでしょうか。今後、街で車いすの方や視覚障害のある方に出会った時に今日のスクールでの体験を思い出し、自分でできることを考え実践していただければ、うれしく思います。



## 市民交流センター 市民交流センターでは、より多くの市民に気軽にご参加いただけるように、陶芸、

### ★夏をのりきる薬膳料理教室



今回は夏の食材をたっぷり取り入れたメニューで開催しました。

ポイントとしては、体を冷やし、余分な水分を排出してくれる野菜（ナス・きゅうり・トマト）や、高たんぱく質の食材（豆腐）、赤色など色素が濃い食材（トマト・シソ）などを取り入れると、夏の暑さでばててしまった体に効率よく栄養を補給することができることを学びました。

今回は、宇宙食としても注目されている栄養価が高い雑

穀スーパーフード「キヌア」も取り入れ、鮭ときょうりのちらし寿司、豆腐ステーキの照り焼きソース、キヌアとひじきの黒酢マリネ、夏野菜ラトウイユの4品を作りました。ラトウイユは、食材を下から決まった順番に重ねて煮るだけの簡単調理で野菜の旨みが凝縮された一品になりました。

「食材の特性を知って、夏に適した食材を取り入れて、夏バテを防止したい。」「キヌアは注目食材なので、自宅でも取り入れていきたい。」など、大好評でした。



### ★子ども創作教室～ふわふわ粘土でオリジナルの貯金箱を作ろう～

障害のある小学生を対象に開催し、粘土を使ってオリジナルの貯金箱を作りました。

粘土の感触が気持ちいいのか、みんな楽しそうに夢中で粘土をこねて、親子でコミュニケーションを取りながら、作り上げていました。子どもの発想力はとてもおもしろく、ロケットや動物、アニメのキャラクターなど、それぞれが個性のある貯金箱を作ることができました。

「親子で夏休みのよい思い出になった」「夏休みの宿題ができて、うれしい」とご感想をいただきました。



障害のある子どもの  
余暇活動支援を目的と  
して、今後とも定期的に  
開催しています。

絵画、料理、写真、園芸などの教室を実施します。多くの方々のご参加をお待ちしています。

## 健康福祉プラザ「福祉出前事業」

健康福祉プラザでは、各センターの専門性を発揮し、堺市内の学校などへ福祉出前事業を行っています。

6月29日(月)に市民交流センター・授産活動支援センター・スポーツセンターの職員が堺市立原山台小学校へ訪問しました。

6年生を対象に「障害があったとしても懸命に生きている姿勢から考える」というテーマで、車椅子バスケットボールを体験してもらいました。

生徒のみなさんは、競技用の車椅子に乗ることに最初はドキドキしていましたが、少し操作すると楽しさを感じたようで、操作練習、紅白ゲームを笑顔で体験していただきました。



最後に、各センターの職員から子どもたちへメッセージを送りました。

**誰にでも、できること・できないことがあります。**

**目の前の人のできないことを隣の人がフォローすると、できることが増えていきます。  
あなたのできることで、隣の人のできることを増やしましょう。**

今後も、堺市内の学校などに訪問し、障害者理解や啓発に取り組んでいきます。

福祉出前事業のご相談は、お気軽に市民交流センター (072-275-5017) まで。

## 授産活動支援センター 日中活動の中で取り組む、ものづくりや作業のことを「授産(じゅさん)活動」といいます。

### ○「売れる!POPセミナー」を開催

8月27日(木)、「売れる!POPセミナー」を開催しました。製品販売の現場でお客さんの目を引き、製品の魅力を伝えるためには、どうすれば良いかを学ぶセミナーです。当日は障害者就労支援施設の職員25名が出席され、出席者からは、「楽しく練習できました」や「ちょっと難しかったが、実践に結びつきそうな講習でした」といった声を頂戴しています。



授産活動を紹介するホームページ  
<http://www.jyusan-sakai.com>

じゅさんあっと

検索

市民交流センターでは、研修室などの貸出を行っています。障害の有無にかかわらず、どなたでもご利用いただけます。

## 研修室・クラフトルーム・クッキングルームの使用について



小人数での研修や会議などにご利用ください。



電動ろくろなどを揃えています。  
絵画や陶芸などのサークル活動にご利用ください。



IHクッキングヒーターなど各種調理器具完備。  
調理実習や料理教室にご利用ください。

**使用料金(平日・土・日・祝日共通)** ※空室状況や利用申込方法などは市民交流センターへお問い合わせください。

名称(定員)	午前 9:00~12:00	午後1 13:00~15:00	午後2 15:00~17:00	夜間 18:00~21:00	全日 9:00~21:00
研修室 A (18名)	900円	700円	700円	1,300円	3,600円
研修室 B (18名)	600円	500円	500円	800円	2,400円
研修室 C (15名)	600円	500円	500円	800円	2,400円
研修室 D (18名)	600円	500円	500円	800円	2,400円
大研修室 (100名)	3,000円	2,500円	2,500円	4,000円	12,000円
クッキングルーム (20名)	1,000円	900円	900円	1,400円	4,200円
クラフトルーム (20名)	1,500円	1,200円	1,200円	2,100円	6,000円

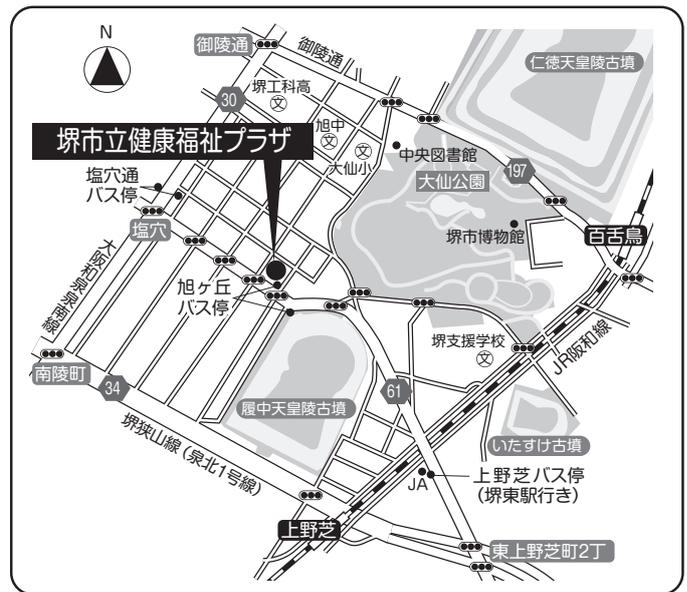
◎障害者団体は、目的により  
半額で利用できます。  
《事前申請必要》

## 堺市立健康福祉プラザ

堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号

### 〈アクセス〉

- ◆JR阪和線 百舌鳥駅、上野芝駅下車 徒歩約20分
- ◆南海高野線 堺東駅より  
南海バス 泉ヶ丘駅行き「旭ヶ丘」下車すぐ  
西区役所前行き・東山車庫前行き・他で  
「塩穴通」下車 徒歩約7分
- ◆駐車場 (60台)  
駐車料金  
1時間までは無料です。  
1時間を超えて使用する場合、1時間ごとに100円  
加算し、最大600円となります。  
例：最初の1時間、無料  
2時間から3時間、200円・・・最大600円



### 久保田の部屋

夏の暑さも少しずつ和らいできました。夏の疲れがではじめる季節ですので、しっかりと休息をとってくださいね。これからの時期は、食欲の秋・読書の秋と夜長が楽しめる季節でもあります。皆さまそれぞれの楽しみ方で、過ごしましょう。



### 利用者の声

「トレーニング室に新しいマシンを設置してほしい」、「たばこの吸い殻入れを設置してほしい」、「更衣室ロッカーにほこりが溜まっていた」などのご意見がありました。清掃の徹底は関係者に伝え、速やかに改善できるのですが、マシンの新設や吸い殻入れの設置は、ご希望に添うことが難しいと考えています。ご理解いただければ幸いです。