



プログラム予定表 (令和4年6月)

地域生活支援センターはだの
秦野市本町2-7-25 ☎0463-80-3294

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
交流室				総会のため、お休みです	総会のため、お休みです		/
活動室			フリースペース			フリースペース	
	6	7	8	9	10	11	12
交流室		健康相談会		ピアの集い	園芸活動		/
活動室	オープンスクエア	フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	13	14	15	16	17	18	19
交流室		名水の里を訪ねて			SST		/
活動室	オープンスクエア	フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	20	21	22	23	24	25	26
交流室			絵手紙に挑戦しよう		社会資源紹介 ピラティス		/
活動室	オープンスクエア	ピア相談会	フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	27	28	29	30			
交流室		サロンdeおしゃべり	社会資源探訪 レコードの音を聴こう				
活動室	オープンスクエア	フリースペース	フリースペース	フリースペース			

～お知らせ～

* 新型コロナウイルス感染症対策のためフリースペースを利用される場合は、検温、手の消毒、咳エチケット（マスク着用等）をお願いします。発熱等の症状がある方は、ご利用できません。ご協力をお願いします。

～申し込みが不要なプログラム～

- * 10日(金)園芸活動/13:30～14:30 裏庭のお手入れを行います。雨天中止です。
- * 28日(火)サロンdeおしゃべり/15:00～16:00 お茶などを飲みながら楽しくおしゃべりします

～申し込みが必要なプログラム～

- * 7日(火)健康相談会/計測13:00～相談13:15～15:45
管理栄養士による栄養相談を行います。予約優先
- * 14日(火)名水の里を訪ねて/13:30～16:10 先着5名まで 雨天中止です。
若竹の泉、谷津湧水、赤松沢湧水、峠の湧水、葛葉の泉に車や徒歩で行きます。
名水全国1位のおいしい湧き水を味わいます。持ち物：雨具、飲み物、歩きやすい靴
生き物の里にも行きます。
- * 17日(金)SST/13:30～15:00 先着6名まで 人と人がかかわりながら
生きていくために欠かせないスキルを体験しましょう。
- * 22日(水)絵手紙に挑戦しよう/15:00～16:00 先着5名まで
夏の野菜などを題材に思いっきり自由に絵手紙を描いてみましょう。
- * 24日(金)社会資源紹介「ピラティス」/15:00～16:00→期限23日(木)まで
先着6名まで。飲み物・タオルをご持参ください
- * 29日(水)レコードの音を聴こう/13:00～14:30 先着5名まで 東公民館で行われる
「レコード・カフェ」に参加し参加者が持参する様々なジャンルのレコードを聴きます

～ピア関連～

- 9日(木)ピアの集い 14:30～16:30
- 21日(火)ピア相談会 13:30～15:30 ※事前予約が必要です。

プログラム一覧表

予約は原則、すべてのプログラムで必要です。

令和4年6月

※予約が必要ないものもあります。下記の表でご確認ください。
 ・申込の締切：締切がある場合は下記のとおり、ない場合は前日です。連絡先：0463-80-3294
 ※定員に満たない場合は、当日参加できるプログラムもあります。

健康相談会

6月7日(火)

計測 13:00~ 相談 13:15~15:45

定員 若干名

管理栄養士による個別相談会です。血压や体脂肪を計測して自分の体の様子を知ったり、自分に合ったお食事の相談や栄養バランスについて相談できます♪

園芸活動

6月10日(金)

13:30~14:30

予約不要 雨天中止



裏庭のお手入れをします。

ぱれっと・はだのにて行います。

名水の里を訪ねて

6月14日(火)

13:30~16:10 雨天中止

定員 5名



若竹の泉、谷津湧水、赤松沢湧水、峠の湧水、葛葉の泉 に車や徒歩で行きます。

名水全国1位の湧水を味わいましょう！

※持ち物：飲み物、タオル、雨具、履きなれた靴で！

SSTを体験してみよう

6月17日(金)

13:30~15:00

定員 5名

SST (Social Skills Training 社会生活技能訓練)
 人と人がかわりながら生きていくために欠かせないスキルを体験しましょう。

絵手紙に挑戦しよう

6月22日(水)

15:00~16:00

定員 5名



夏の風物詩を題材に絵手紙を描いてみましょう♪初めての方も大歓迎です。

社会資源紹介 ピラティス

6月24日(金)

15:00~16:00 定員 6名

ピラティスは身体のストレッチと姿勢改善のためのエクササイズです。

「生活介護事業所はみんぐ」で行っている運動プログラムの一つで、実際に「はみんぐ」のトレーナーが丁寧にお教えいたします。

サロン de おしゃべり

6月28日(火) 15:00~16:00

少人数 予約不要



みなさんでゆったりとお話しませんか？
 なんとなく話したい気分、きっかけがほしい、他の方のことを知りたい！など、

ピアサポーターも参加しますので、同じ障害を持つ仲間同士ざっくばらんに色々なお話ができる場にしたいと思っています。

飲み物もありますので、お気軽にご参加くださいね♪

社会資源探訪 レコードの音を聴こう

6月29日(水)

13:00~14:30

定員 5名



東公民館で行われる「レコード・カフェ」に参加し、参加者が持参する様々なジャンルのレコードを聴きます。

ぱれっとに集合して、車で東公民館へ向かいます。



ぱれっと・はだの ミニ! 6月号

【発行】 秦野市地域生活支援センター “ぱれっと・はだの”
【発行責任者】 山口 浩
【住所】 秦野市本町2-7-25
【電話】 0463-71-5701 【FAX】 0463-73-5039
【メール】 info@hcp-support-hadano.or.jp
【ホームページ】 http://hcp-support-hadano.or.jp

6月は、水無月(みなづき)。別名は、蝉の羽月(せみのはづき)。蝉の羽のような薄い衣を着る月。

今回のテーマは障害年金についてです。

障害年金とは

障害年金は、病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。

障害年金の種類は

障害年金には「障害基礎年金」「障害厚生年金」があり、病気やけがで初めて医師の診療を受けたときに国民年金に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金」が請求できます。

なお、障害厚生年金に該当する状態よりも軽い障害が残ったときは、障害手当金(一時金)を受け取ることができる制度があります。

また、障害年金を受け取るには、年金の納付状況(保険料の納付要件)などの条件が設けられています。

障害基礎年金

国民年金に加入している間、または20歳前(年金制度に加入していない期間)、もしくは60歳以上65歳未満(年金制度に加入していない期間で日本に住んでいる間)に、初診日(障害の原因となった病気やけがについて、初めて医師または歯科医師の診療を受けた日)のある病気やけがで、法令により定められた障害等級表(1級・2級)による障害の状態にあるときは障害基礎年金が支給されます。

保険料の納付要件とは?

初診日のある月の前々月までの公的年金の加入期間の2/3以上の期間について、保険料が納付または免除されていること、また、初診日において65歳未満であり、初診日のある月の前々月までの1年間に保険料の未納がないことで支給されます。

障害厚生年金

厚生年金に加入している間に初診日のある病気やけがで障害基礎年金の1級または2級に該当する障害の状態になったときは、障害基礎年金に上乗せして障害厚生年金が支給されます。また、障害の状態が2級に該当しない軽い程度の障害のときは3級の障害厚生年金が支給されます。

なお、初診日から5年以内に病気やケガが治り、障害厚生年金を受けるとしても軽い障害が残ったときには障害手当金(一時金)が支給されます。

問い合わせ先 障害基礎年金は秦野市国保年金課国民年金担当(82-9614)、障害厚生年金は平塚年金事務所(22-1515)。

以上「障害年金」(日本年金機構)(<https://www.nenkin.go.jp/service/jukyu/shougainenkin/jukyu-yoken/20150401-01.html>)をもとに作成

世の中、デジタル化が急速に進んでいます。そうした中、デジタル技術(IT機器等)の扱いに不慣れで思うように活用出来ない方もいます。

このようにインターネット等の情報通信技術(ICT)を利用できる人と利用できない人の間にもたらされる格差のことを情報格差(デジタルデバインド)といいます。高齢者や障害のある方々にも、情報格差が生じています。より簡単に操作しやすい端末の開発・設置やそれを支援する人材の育成が必要になりそうです。



よりよい社会になるよう、こういった点に注目していくのも必要なんだろうと思います。

Written by H.Y

ピアサポーターから



生活のなかでの様々な問題、不安、心配事、困りごとを一緒に解決のお手伝いをさせて頂きませんか!

特定の学習会に参加した、ピアサポーターが同じような障害を持つ仲間として、相談を受けます。

もちろん無料ですので、お気軽にお声かけください。詳しくは、ぱれっと・はだのまでお電話ください。(トシ)

「ピア相談会」6月は第3火曜日開催

障害福祉施設のお仕事・作業の紹介コーナー

福祉作業所 リトルスター



一日の流れ

- 8:30 送迎開始
- 9:50 朝のあいさつ・所内清掃
- 10:00 作業準備・開始
- 11:00 体操
- 12:00 昼食・休憩
- 13:00 作業開始
- 14:00 体操
- 15:00 おやつ
- 15:15 今月の歌・帰りのあいさつ
- 15:30 送迎

★作業内容

- ・雑巾等の縫物・エコタワシ等の編物ビーズ製品・ケーキ・焼き菓子の製作など様々な製品を一つひとつ手作りで作成しバザーなどで販売しています。
 - ・空き缶を地域の方々から頂き、それを潰してリサイクル業者に納品しています。
 - ・ボールペンの組み立てやボトルのラベル貼り、スポンジ詰め作業など、外
- ★作業所へ通所が困難な方におきましては送迎車にて送迎も行っていきます。(秦野市内ならどこでも送迎可能)
- ★作業におきましてはスタッフが常に側に居るため、優しく丁寧に指導を行います。

問い合わせ・連絡先 0463-84-4502 担当 安居院 (あぐい)

関係機関からのお知らせ

*彩り茶房

新型コロナウイルス感染拡大防止のため令和4年5月以降もしばらくの間彩り茶房は**お休み**させていただきます。

再開する時期は未定です。再開が決まりましたら、改めてご案内いたします。

みなさまが健康に過ごせますように、また、1日も早く平穏な日々が戻りますようにお祈りしています。

*精神保健ボランティア けやき ※飲み物だけ提供します。

【サロン】6月18日(土) 13:00~15:00 本町公民館 参加費無料

【サロン】7月16日(土) 13:00~15:00 本町公民館 参加費無料

【連絡先】秦野市社会福祉協議会 ☎0463-84-7711

*秦野精神保健福祉家族会 のぞみ会 (会費:月額300円、見学は自由です)

【定例会】6月11日(土) 13:30~ ぱれっと・はだの

7月9日(土) 13:30~ ぱれっと・はだの

【連絡先】のぞみ会 会長 石川ひとみ ☎080-5420-5783

E-mail:hitonsan3023@gmail.com

※なお、各開催日程等については変更する場合がありますので各連絡先にご確認ください。