

み

# 見てけさIN 61号

【編集・発行】仙台市太白障害者福祉センター

住所：仙台市太白区長町南1丁目6-10

電話：022-308-8801 FAX：022-308-8803

Eメール [office-ta@shinsyou-sendai.or.jp](mailto:office-ta@shinsyou-sendai.or.jp)

令和7年度仙台市太白障害者福祉センター【障害者週間事業】を開催しました



令和7年12月6日(土)、障害者週間事業の一環として「手芸体験教室」、「手話唄コンサート」をおこないました。

午前実施した「手芸体験教室」では16名の方にご参加いただき、ビーズを組み合わせてオリジナルのキーホルダーを作成しました。当センター自立訓練事業卒業の方を講師に迎え、ビーズの選び方や色のバランスなどのアドバイスをいただきながら作業を進めました。参加された皆さまは、講師の方が用意して下さった見本のキーホルダーを参考に、満足のいく仕上がりになるまで真剣に取り組んでいました。

午後におこなわれたSIGNアートおひさまによる「手話唄コンサート」では、音楽に合わせて披露される手話を楽しみました。コンサートには40人の観客が集まり、耳が聞こえる人も聞こえない人も手話を真似して手を動かすことで、会場が一体となって楽しい雰囲気になりました。また、昨年引き続きYouTubeで動画配信(ライブ、アーカイブ)を行ない、参加できなかった方や当センターに来所することが困難な方にもコンサートを視聴いただく機会を設けました。視聴回数は令和8年1月30日現在で203回です。

「手芸体験教室」、「手話唄コンサート」に参加された皆さまからは「にぎやかで楽しかった」「また参加したい」などのお声をいただきました。毎年12月3日～9日の障害者週間に合わせて、当センターのロビー展示(アートギャラリーIN太白)も開催しております。利用者の方が制作した絵画などを展示していますので、来年度の開催時に皆さまぜひお越しください。



 手話唄コンサートの様子→

## ～ もくじ ～

1. 仙台市太白障害者福祉センターふれあい祭りを開催しました
2. 自立訓練(機能訓練・生活訓練)事業
3. 生活介護事業
4. 保健通信 / 就労継続支援B型事業所せんしょう庵

## 《自立訓練（機能訓練・生活訓練）事業》

### びようしつ い 美容室に行きました



自立訓練事業では、利用者様1人ひとりに合わせて目標を立て、個々の希望に合わせた訓練を行っています。

その一つに外出訓練があります。当センターを利用されている方の中には、障害があることで外出が難しい方もいらっしゃいます。ですが、障害があることで諦めてしまうのではなく、今ある機能を活かして工夫をしたり、周囲の理解やサポートを得ることで、もう一度やりたいことができるように支援をしています。

今回は利用者様が外出訓練で美容室に行った時のことをご紹介します。この利用者様は車いすで生活されており、美容室に行くのは久しぶりとのことでした。

まず初めに計画を立てます。利用者様は以下のことを目標にしました。

- ☆ヘアードネーションするために美容室に行く。
- ☆ヘアスタイルを決めて、配慮して欲しいことを伝える。
- ☆ヘアサロン内での動作確認。（シャンプー台への移乗動作など）



そして、出発時間や美容室の場所を決めるなどの計画を立てて、当日を迎えました。



当日は美容室の皆様のご協力もあり、無事に目標を達成することができました！

#### ご利用者様の感想

ヘアードネーション用の髪30cm位切って貰って、ヘアカラーは悩んだけど、推し色の紫にした。久しぶりに頭軽くなったし、サラサラになって良かった。

外出訓練で「どんな工夫やサポートがあれば外出できるか？」を一緒に見つけ、その後は一人で外出したり、ご家族や移動支援などの福祉サービスを活用しながら継続して外出できるようになるためのお手伝いします。ご相談の際は、ぜひ当センターまでご連絡ください。

自立訓練についてご興味がある場合は、お気軽にご相談ください!!!

# 《生活介護事業》

☆活動紹介☆

生活介護事業では、さまざまな活動に取り組んでいます。  
今回は行事活動・年忘れ会の様子を一部ご紹介いたします！



生活介護事業の利用を希望される方は、区役所または太白障害者福祉センターにお問い合わせください。

保健通信



一年の中で1月～2月は一番寒い季節となります。身体を冷やすと基礎代謝が低下して様々な病気が発症する原因にもなります。身体全体を温めるために、血行改善に努めて寒い冬を乗り切りましょう。

冷え性の原因

- ダイエットや栄養不足、長時間のデスクワークによる姿勢の悪さ。
- 自律神経の異常（おもにストレス）で手足の血管が収縮できなくなり、内臓に血液が行き届かなくなる。
- 基礎代謝の低下、鉄分不足、筋力低下、食生活の乱れ、喫煙など

日常生活の中で意識し生活習慣を改善して身体を温めましょう

★生活習慣の改善★

- 一日のはじまりは「コップ一杯の水（常温水）」
- 一日の終わりは「ゆっくり身体をほぐそう」
- 食事や飲み物は身体を温める食材を心掛け、無理のない範囲で運動する習慣を作る。



《就労支援B型事業所せんしょう庵》

【🍏🍏アップルトースト🍏🍏】

今回せんしょう庵がご紹介するのは新メニュー「アップルトースト」です。手間暇かけて丁寧に煮込んだ優しい甘さのリンゴフィリングにチーズをかけてトーストしたおすすめの一品です。

挽きたてのコーヒーと一緒に楽しめるアップルトーストを是非ご賞味ください♪



※せんしょう庵 太白喫茶からのお知らせ※  
お団子のご注文は事前予約にて承っております。  
お気軽にお申し込みください。

TEL・FAX 022-247-2940

▶営業時間… 10:00～16:00  
▶定休日… 毎週月曜日、祝日の翌日、年末年始、仙台市太白障害者福祉センター休館日、日によりお休みする場合がございます。  
※イベント等により貸し切りを行う場合がございます。