

# ひなたぼっこ

創刊号



## CONTENTS

- 1p~2p お店の紹介・病院の紹介
- 3p 手話フォン情報  
明石ハッピースパイラル
- 4p 貸しスペース・貸しギャラリーの紹介  
10,000人メッセージプロジェクト
- 5p~6p 神戸港クルーズ「ファンタジー号」と神戸どうぶつ王国
- 7p ヘルプカードを知っていますか？

# 配慮が必要な人のために ヘルプマーク・ヘルプカードを知っていますか？

ヘルプマーク(カード)は、「手助けが必要な人」と「手助けしたい人」を結ぶマーク(カード)です。障害のある人がまちに出たとき、予想もしていなかった場所で思わぬ困りごとが起こることがあります。周りの人はそのようなときに助けを求められても「どう支援していいかわからない」という場合があります。そこで、その両者をつなげるためのきっかけになるのがヘルプマーク(カード)です。



ヘルプマーク



ヘルプカード

## こんな方にお渡ししています

- 目や耳、言語の障害、内部障害や難病、知的障害、精神障害、発達障害など、外見では不自由さや障害に気づかれにくい方
  - 妊産婦の方
  - 認知症の方や高齢で体が不自由な方
  - けがなどにより体が不自由な方
- ※以上のほか、希望される方にお渡ししています。



## ちょっとしたあなたの手助けが、誰かの安心につながります

ヘルプマーク(カード)を持っている人への支援の内容はさまざまです。まずはヘルプマーク(カード)を持った人が困っているところを見かけた場合は、「何かお手伝いできることはありますか？」などと積極的に声をかけるように心がけてください。本人が何かしらの事情でうまく支援の内容を伝えられない場合は、ヘルプマーク(カード)の裏面または中身を見て、支援の方法が記載されている場合は、その方法で支援をするようにしてください。まずは「声をかけること、気にかけること」がとても大切です。



## 例えば...

### こんなとき、こんな場面を見かけたら ▶ こんな手助けをお願いします。

- 発作でパニックを起こしたり、病変で急に倒れてしまって、自分の病気や障害を説明できないことがあります。 → まず簡単な短い言葉で優しく声をかけてください。ヘルプマーク(カード)にパニックや発作、病変のときにどうしてほしいかが書かれていれば、その方法で支援してください。
- 知的障害のある人がずっと同じ場所にいる。それは、もしかしたら、道がわからなくなったのかもしれない。 → まず簡単な短い言葉で優しく声をかけてください。ヘルプマーク(カード)に緊急連絡先が書かれていれば、そこに連絡してほしいか聞いてください。できるだけ安全な場所で過ごせるように配慮をお願いします。

【お問い合わせ・連絡先】.....

〒673-8686 明石市中崎1丁目5番1号 TEL 078-918-5142 FAX 078-918-5048  
明石市福祉局福祉総務課 障害者施策担当 E-mail hukushi@city.akashi.lg.jp

※ヘルプマークの交付には、申請手续が必要です。

【発行】特定非営利活動法人 明石障がい者地域生活ケアネットワーク(略称:135Eネット) 【連絡先】〒673-0883 明石市中崎1丁目5番1号 時のわらし内 TEL&FAX 078-918-8500

特定非営利活動法人明石障がい者地域生活ケアネットワーク(略称135Eネット)は、地域に点在する社会資源を有機的に繋ぐと共に明石市等の行政機関と協同し、障がい者に対して社会参画促進や生活支援に関する事業を行い、障がいのある方やその家族の方が、ひいては明石で暮らす市民の方々が明石の地で安心して暮らせるまちづくりに寄与することを目的としています。 ※現在明石市及び周辺地域の100以上の障がい児者支援事業所や教育機関、当事者団体が連携・連帯のもと活動しています。

# 障がいのある方も、ほっこり笑顔になれる店♪

## お店の紹介①

就労継続支援  
B型事業所

### 喫茶 YELL ~エール~

点字メニュー  
あります!

障がいのある方が入りやすく、障がいのある方が、お手伝いをしていただけるよう、お料理やお飲物、デザートまで、豊富なメニューを取り揃えています。また、日替わりメニューやお得なセットメニューも、お選びいただけます。

ティータイム♪には、お得なケーキセットやアイスセットをオススメします。ご来店お待ちしております。

- ・モーニングセットには、和食もご用意しています。
- ・ランチタイムは、定番メニュー以外に日替わりランチもご用意しています。
- ・軽食はランチタイム以降も、ご注文いただけます。

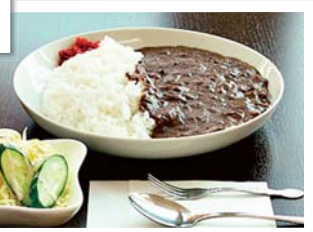
※諸事情により、メニューの内容が変わる場合があります。ご了承ください。



モーニングCセット 450円



YELL特製からあげランチ 500円



牛すじカレー 650円

お弁当の配達もいたします!

所在地 明石市本町2丁目9-6 RS本町ビル2F (JR・山陽明石駅徒歩7分) TEL 078-203-5655

営業時間 月～金：9時～16時 (モーニング提供時間：9時～11時) 駐車場 最寄りのタイムズ駐車場をご利用ください。

## お店の紹介②

### お好み焼 てっぱんダイニング こいち

点字メニュー  
あります!

甘いソースの香りがいっぱい広がるソース自慢の鉄板屋。「障がいがある人や高齢者が気軽に入れるお店」を実現させようと、お好み焼・てっぱんダイニング『こいち』を開店しました。店名の由来は、「小さくても いちばん」との思いを込めて「こいち」と名付けました。

当店では、こぐま作業所に通所の方々が、お店の運営なども手伝っています。また、お店の入り口部分にスロープを設け、テーブルは車イスに合わせて低くするなど、バリアフリーに配慮していますので、車いすのお客様も大歓迎です。

障がいのある方も、ぜひ、お気軽にお越しください。

※その他、お弁当やオードブルも受け付けております。詳細の方は直接お店にご連絡ください!



こいち焼2号 750円



こいち焼1号 750円



所在地 明石市朝霧南町3丁目1-35 セラーン朝霧102 (山陽大蔵谷駅徒歩15分/JR朝霧駅徒歩8分)

TEL 078-917-0087 営業時間 11:00～14:00 定休日 日曜日・祝日 駐車場 3台有り

## お店の紹介③

### cafe -カフェ- 明石ヴィレッジ

自主農園や神戸市西区産の農家直送野菜を中心とした日替わりランチをワンコインで提供しています。

お野菜は店頭にて販売しており、お買い上げいただけます。お得なトーストセットは営業時間内いつでも注文可能です。数量限定で手作りジャム、パウンドケーキも販売しています。予約受付随時。

#### ～メニュー～

- ・コーヒー等飲み物 350円～
- ・トーストセット (トースト、ゆでたまご、サラダ、コーヒーor紅茶) 400円
- ・日替わりランチ 500円 (11時～16時)
- ・その他軽食 500円～



手づくりジャム 300円～



日替わりランチ 500円



パウンドケーキ 100円

所在地 明石市大道町2-3-1 西村マンション1階 (山陽西新町駅徒歩10分) TEL 078-924-8898

営業時間 9時～16時 (ラストオーダー15時30分) 駐車場 明星王子ガレージ5・6番(無料)、その他向かいにタイムズがございます。

## 病院の紹介

### (医)はるき小児・矯正・歯科

当院では、身体的、精神的、心理的に種々の疾患がある多くのスペシャルニーズのある人に対して、口腔疾患の予防を中心とした口腔の健康を保つためのお手伝いをさせていただいております。特に障害のある子どもさんたちにとって、成長発育して社会に将来出て行くための、歯科医院もひとつのある意味教育の場でありたいと思いながら日々診療を行っています。子どもの時に虫歯がなかったとしても、将来一生歯科医院に行かなくて済むことはまずありません。少しずつ歯科医院に慣れてもらうことから始め、治療台に座って治療が出来るようになるまで、信頼関係を構築しながら、気長に練習をしています。歯科治療が必要になったときには、TEACCH法(絵カード)や、TSD法(言って、見せて、やってみる)さらには、笑気麻酔を用い、障害のある子どもさんたちに、できるだけ



▲歯科治療の様子

治療後にご褒美をもらっている様子▶

ストレスの無い歯科治療を心がけております。また、障害のあるお子様の歯やお口に関する相談も随時行っておりますので、お気軽にご予約の上、ご来院ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:30～12:30	●	●	●		●			
9:00～12:00				●		●		
15:00～18:30	●	●	●		●			
13:30～17:00				●		●*		

※当院は、予約制です。\*土曜午後は矯正歯科のみ



所在地 明石市大久保町ゆりのき通1丁目4-2 オーズタウンメディカルモール4-102 (JR大久保駅、南口より徒歩約2分)

TEL 078-938-0555 駐車場 オーズタウンメディカルモール医院専用駐車場へお停めください。

貸しスペース・貸しギャラリーの紹介

コットンベール  
**cotton veil**

”風に吹かれた綿帽子が届き、いろんな人と花を咲かせられるように”と心のこもった手づくり商品をお届けしています。また、オープンスペースを利用したギャラリー展示やイベント等を開催し、販売活動や企画をとおして地域の方々との交流をすすめています。

こんなお店です

- 社会福祉法人明桜会内の事業所の商品販売（菓子・雑貨等）
- レンタルギャラリー
- レンタルスペース
- くつろぎスペースとしての利用



**所在地** 明石市小久保2-2-13 (JR西明石駅徒歩3分) **TEL** 080-3115-4077  
**営業時間** 月～金：11時～14時30分 **休業日** 土・日・祝 **駐車場** 近隣の駐車場をご活用ください。

貸しスペース ご利用の案内 **無料!**

「つながりが生まれる場所」をコンセプトに、様々な人にとっての楽しみの場になればと思います。

会議やイベントなど、企画の内容はご相談の上、幅広くご利用いただけます。



《ご利用方法》

- お店までご連絡いただくか、明桜会のホームページよりお問い合わせください。担当者より、日程、内容などお聞かせいただきます。
- 内容によっては、お断りさせていただく場合がございます。予めご了承ください。
- 貸しギャラリーもしているので、壁面を使用する場合は、ご相談ください。



**利用可能時間** 月～金：11時～14時30分（通常営業）  
土・日・祝日：10時～21時（応相談）  
**TEL** 080-3115-4077

10,000人メッセージプロジェクトって?!

明石市地域自立支援協議会子ども部会では、「ソーシャル・インクルージョン（社会的包摂）」の理念のもと障害の有無に関わらず、「すべての子どもたちがしあわせに暮らすことのできる社会」「共に育つ社会」の実現に向けて皆様から10,000人を目標に啓発メッセージを募集しています。

あなたの一歩とメッセージが明日をつくる!

「誰もが住みやすい明石（しゃかい）」を目指していただける明石市内・市外在住問わず、どなたでも参加OKです!!

お問い合わせ・連絡先

**明石市基幹相談支援センター兼障害者虐待防止センター** (担当:松本・柴田)  
 (社会福祉法人 明石市社会福祉協議会) (明石市地域自立支援協議会 子ども部会 事務局)  
 〒673-0037 明石市貴崎1丁目5番13号(明石市立総合福祉センター内)  
 TEL:078-924-9155 / FAX:078-924-9134

明石発信 障がいのあるなしに関わらず すべての子ども達が幸せに暮らせる明石を目指して

Project to Enlighten with Messages

**10,000人** メッセージプロジェクト

よびかけ：明石市地域自立支援協議会

※みなさまよりいただいたメッセージは、映像資料として広く市民に啓発すべく、多数カ所において多数回数の放送(有線・無線)(ネットワーク等を通じての放送をできる状態を含む)、上映、公開させていただくことについてご了承をお願いいたします。

**明石市立あおぞら園・きらきら** (担当:服部)  
 〒674-0092明石市二見町東二見1836-1 1ふれあいプラザあかし西2F  
 TEL:078-945-0280 / FAX:078-945-0281



**みなさん**  
ご存じですか?  
**手話フォン情報**

聴覚障害者が手話で通話できる公衆電話ボックス「手話フォン」が昨年末の羽田空港(東京)、筑波技術大(茨城県つくば市)に続いて今年の2月5日、JR明石駅前の複合施設「パピオスあかし」に設置された。手話フォンは明石市で3カ所目の設置で自治体の協力による導入は全国で初めてのことです。

ボックス内にはモニターがあり、

利用者は手話通訳を務めるオペレーターを通して、相手と会話をするシステムで事前登録不要です。午前8時～午後9時まで無料で利用できます。

また事前に手話通訳者への依頼などをせずに電話することができ、そのため聴覚障害者の方々が暮らしやすくなるであろうと期待されます。



パピオスあかし 2階 市民ひろば



明石住民たちの明石探索サイト  
**AKASHI HAPPY SPIRAL**

明石のえ～とこ、みつけた!

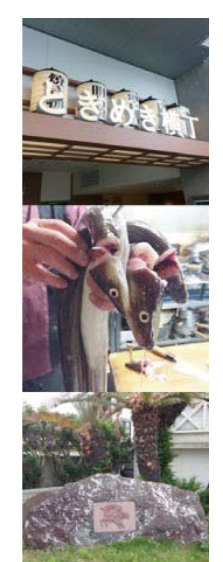
「明石をもっと知りたい!」そんな衝動に駆られた住民たちの探索サイトです。



<http://happy-spiral.info/akashi/>

明石ハッピースパイラル

運営会社：株式会社ウェブック



明石のえ～とこを発信する明石HAPPY SPIRAL

チラシ・パンフレット・各種印刷物・ホームページ制作  
**王子印刷株式会社**

〒673-0029 明石市大道町2丁目4番1号 **TEL(078)928-2771 FAX(078)928-2870**





車いすの方でも安心! 明石から出発! リフト付大型バスで行く!

# 神戸港クルーズ『ファンタジー号』と神戸どうぶつ王国

旅行期日 平成30年7月14日(土)  
 集合時間 9時00分  
 集合場所 グリーンヒルホテル明石  
 募集人数 25名様(最少催行人員20名)  
 参加費用 11,000円  
 応募締切 平成30年6月25日(月)



明石 → 神戸港クルーズ『ファンタジー号』(45分の船旅)……………  
 9:30発 10:20~11:45  
 神戸メリケン食堂(ご昼食) → 神戸動物王国(動物ふれあいや見学) →  
 12:15~13:30 14:00~16:15  
 → 明石 17:00着 ※道路事情により、行程を変更する場合や遅れる場合がありますのでご了承ください。

- ご旅行条件** 交通費・昼食・観光費を含みます。添乗員は同行しませんが、ボランティアスタッフが同行しお世話いたします。
- キャンセル料** ご旅行代金に対して、10~8日前20%、7日~2日前まで30%、前日40%、当日50%、無連絡の場合100%のキャンセル料が必要です。
- その他** \*募集人数を超えて申込の場合は、抽選とし後日連絡いたします。  
\*履きなれた運動靴と動きやすい服装でご参加ください。  
\*旅行条件は神姫バスツアーズ(株)の募集型企画旅行約款によります。

## 安心のサポート体制

- \*車いす利用者も安心のリフト付バス (サービス介助士の資格取得の運転士とバスガイドが乗務します。)
- \*ボランティアスタッフによるサポート



## 旅の安心ポイント

- \*バリアフリーを考慮した行程。船にも車いすのまま乗船いたします。
- \*キザミ食など食事に配慮。申込みの際にお申し出ください。

## 旅のおすすめポイント

- \*神戸港クルーズではハーバーランドや明石海峡、運が良ければ飛行機の離発着を見ることができます。
- \*かわいい動物とのふれあいや動物たちのショーをお楽しみください。

お申込み・お問い合わせ

神姫バスツアーズ株式会社神戸支店  
**TEL 078-978-0191 FAX 078-978-0192**

〒651-2116 神戸市西区南別府1丁目21-1 (観光庁長官登録旅行業1938号)  
 総合旅行業務取扱管理者 安田吉範 担当 小段ゆかり