

# ひだまり

2016年7月1日発行（第5号）  
発行者：ふれんず交流編集部  
〒737-0046  
呉市中通1丁目2番31号 ふれあい会館内  
Tel:(0823)23-8679  
Fax:(0823)36-6510  
E-mail:furenzhp@furenz.or.jp

## 作業所の紹介

このコーナーでは、各作業所の理念や特徴、活動などを紹介していきます。

普段あまり交流することの多くない他作業所の様子も知っていただき、交流を深めていただけたらと思います。今回は『ひかり作業所』の紹介です！

### ひかり作業所

#### ◆ 作業所の理念・モットー、特徴など

- 現在、ひかり作業所は精神障がいの方が多く利用しています。  
薬とうまくつきあいながら働きたい、友達が欲しい、安心して居場所が欲しい、自立したい、対人関係に不安がある、自信が持てない等、利用者の方のニーズは様々です。  
ひかり作業所は、安心して通所でき、和気あいあいとした雰囲気の中で、雑談を楽しみながら、それぞれのペースで自立向上を目指していける場所です。
- 利用することにより自分らしさを見つけ、自分なりの働き方で社会貢献しながら、自分の生活を作り出していき、自立の場になるよう支援しています。



#### ◆ メンバー人数

在籍38名（男性：30名 女性：8名）

#### ◆ 作業内容

- 内職作業
- 資源回収
- 委託清掃作業



#### ◆ 利用者の声

- ケンカがない
- 自由に意見が言える
- チームワークが良い
- 和気あいあいとしている
- 利用者同士が助け合っている



#### ◆ その他の活動

- 行事（バス旅行：年2回、夏のバーベキュー等）やメンバーによるピアサポート活動（手続きや買い物の同行）、社会貢献活動（街頭の清掃）などを行っています。
  - 当事者の会（こもれび）：毎週第1水曜日（変更あり）が活動日です。
- 「ひとりひとりがひとりじゃない」を合言葉に仲間づくりとして色々な楽しい企画を立てています。誰でも参加できます。



# 2016 お花見



まいとしこうれい はなみ  
毎年恒例のお花見

ふくろうの里、若椿作業所は満開の桜の下、ひかり作業所はあいにくの雨で屋内での開催となりました。

参加したメンバーさんから感想をいただきましたので紹介します☆



花も満開でバーベキューもおいしく楽しかった  
卓球も楽しかった

だいす  
(カーブ大好き)

桜が散ったかと思ったけど、結構きれいだった。  
毎回、大空山なので、正直少し違った場所へ行きたいと思う。

ひでき  
(K. 英毅)

桜の下で弁当を食べた時は、卵焼きがおいしかったです。桜もきれいでした。  
また花見の時は、安芸津でも行ってみたいと思います。

うえきやすみつ  
(植木保光)

天気が雨でつばき会館で花見でしたが、サクラの花がかざってあって非常によかった。

弁当もお茶も、カラオケもジャンケンゲームもよかったです。  
カラオケの曲数が少ないので追加してほしい。

(@tushi)

雨だったので外では出来ませんでしたが、市の役員の方が、  
室内に桜の木を活けて下さったので雰囲気は味わえました。

役員の方、ありがとうございます♡  
来年は外で外観にふれながら味わいたいです。

カラオケもひさしぶりで楽しかったです。

(R.Sawada)



4月7日(木)にひかり作業所にて利用者協議会と合同でお花見が開催された。

満開の桜の木の下でお弁当を食べると楽しみにしていましたがその日の天気はあいにく雨でした。  
室内での開催でしたが、カラオケ・じゃんけんによる景品のプレゼントなど楽しい一日を過ごさせて頂きました。

(ムーミン)



# 春の旅行



わかづきさぎようしょ さぎようしょ りようこう い  
若樺作業所、ひかり作業所がバス旅行に行ってきました。

さん かしゃ かんそう  
参加者の感想です☆

がつ にち きん わかづきさぎようしょ わくながていえん が  
6月3日（金）若樺作業所 湧永庭園とさくらんぼ狩り



りようこう き いがい  
バス旅行といってあまり気がすまなかったのですがバスにゆられていると以外とたのしかったです。  
てんき きも  
天気がよくてなにより気持ちよかったです。

しょくじ また た い  
バイキングの食事もおしくいただきました。又食べに行ってみたいです。

きたひろしまちよう おも た みんか  
北広島町ときいてなにもないのかと思いきや田んぼや民家がたくさんでおどろきました。

ひと おも  
人もたくさんいたのでそんなにいなか、いなかしているとは思いませんでした。

さぎようしょ なかま おも で おも  
作業所の仲間とわきあいあいこしゃべれたのがなによりもいい思い出になったと思います。

た すこ かん じぶん おも  
フレッシュチェリーを食べたのですが少しすっぱいので缶のチェリーのほうが自分にはあっているように思いました。

か いえ た  
ワイナリーでいちじくジャムを買って家で食べたのですがすくなくなってしまうました。おいしかったです。

こんかい りようこう さぎようしょ きずな ふか おも  
今回の旅行でみんな作業所のメンバーの絆が深まったと思います。

あき たの  
秋の楽しみがふえました。 おわり！

よしなまさのり  
(吉名正徳)



わかづきさぎようしょ はい はじ りようこう  
若樺作業所に入って初めてのバス旅行です。

わくながていえん ある た た  
湧永庭園を歩いたりさくらんぼ狩りでみんなでさくらんぼを食べたり、バイキングも食べました。

なか うた たの  
バスの中ではカラオケを歌いました。楽しかったです。

(K.M)

りようこう いろいろ が い た す いろいろたいちよう たの  
バス旅行は色々さくらんぼ狩りに行って食べ過ぎました。色々体調がよかってとても楽しかったです。

こんど い  
今度また行きたいです。

あ  
(あなたに会えてよかった)

がつ にち ど さぎょうしょ やまぐち あお まんぶく  
6月18日(土) ひかり作業所 山口 青めぐりと満腹バイキング

こんかい りょこう やまぐち い おおみじま ゆうらん ふね ゆ  
今回の旅行は山口へ行きました。青海島での遊覧では船がかなり揺れました。

あっかん きがん かずかず うみ あお うつく よ  
圧巻だったのは奇岩の数々、海も青く美しく良いながめでした。

まえ 50 しゆ バイキング。サラダ各種、焼きそば、マーボナス、グラタン、しろめし しろし しろめし  
その前には、50種のバイキング。サラダ各種、焼きそば、マーボナス、グラタン、白飯、みそ汁、クロワッサン4種、  
ラスク等々、腹いっぱい食べて満足、満足。

つしまおほし なが い かえ あお  
角島大橋からの眺めは行きはかすんでいましたが帰りは青がきれいでした。

やまぐち ベっぶ ベっぶ べんていけ ちい  
そして山口にもあった別府。別府弁天池は小さいけどコバルトブルーできれいでした。

つぎ とうだい のぼ かいだん のぼ  
次は灯台、登ると¥200もかかるうえに階段だったので登るのはやめました。

きよくた りょこうぜんたい だいまんぞく  
カラオケも3曲歌い、旅行全体は大満足。

こづか みやげ か たま きず  
ただお小遣いがなかったのでお土産が買えなかったのが玉に傷だったかな？

つぎ りょこう たの  
次の旅行も楽しみです。

(T.K)

おおみじま かんこう  
青海島のフェリー観光がたまらなかった。

だいしぜん ごいし かん  
大自然の御意志みたいなものが感じられた。

きせき あ えいえん つづ おも  
奇跡はもうどこにでもそこに在って、そして永遠に続くんだと想った♡

あけだしちよう き うれ しょちよう こ はじ  
そして、明田所長が来てくれたのが嬉しかった。所長が来ないと始まらない。

(ひろふみ)



こんかい りょこう はじ い つしまおほし たの  
今回の旅行は初めて行く「角島大橋」があったので楽しみにしていました。

じっさい はし わた おも いじょう なが はし うえ み けしき  
実際にバスで橋を渡ると思った以上に長くて、橋の上から見る景色がとてもきれいでした。

ちゅうしょく きたなかと かいせんむら じぶん す りょうり じゆう と た  
また、昼食の「バイキング」は北長門の海鮮村だったので、自分の好きな料理を自由にとって食べることができてよかったです。

かんが しょくじ た  
※なるべく「バランスを考えた食事」になるように食べました。

みやげ ちいき ひと いちうと かぞく か かえ  
土産は地域の人や妹の家族に買って帰りました。

(こうちゃん)



# マイナンバーって

平成27年10月から、マイナンバー（個人番号）が通知され、運用が開始されました。

既にマイナンバーカードを受け取られた方もいるかと思いますが。

しかしマイナンバーっていったい何？どうなるの？って疑問の声も多く聞きます。

そこでマイナンバーについてまとめてみました。



## 1. マイナンバーとは？

マイナンバーは、一人に一つずつ決められる、12桁の番号のことで。

マイナンバーで、社会保障や税などの情報を管理します。

また、様々な機関にある個人の情報が、同じ人の情報であることを確認するために使われます。

## 2. 通知カードとマイナンバーカードについて

	通知カード	マイナンバーカード
	<p>(表)</p> <p>(裏)</p>	<p>(表)</p> <p>(裏)</p>
申請期限		なし 申請は任意
有効期限	なし	20歳未満 5年 20歳～ 10年 (電子証明として使う時は5年)
身分証明書としての利用	できない	できる
なくした時は？	警察と市役所に届出	警察と市役所に届出 + コールセンターへカードの機能停止の連絡

### 3. 何が便利になるの？



#### ① みんなの生活が便利に

- ・身分証明書として使える
- ・税・年金などの手続きに必要な書類が減る（負担の軽減）
- ・図書館カードや印鑑登録証など、地方公共団体が定めるサービスに使える
- ・コンビニで住民票や印鑑証明の写しが取得できる（呉市は、平成29年1月以降の予定）

#### ② 行政の手続きがスムーズに

- ・手続きが早く正確に（国民の利便性の向上）
- ・災害時の行政支援に活用

#### ③ より平等な社会の実現

- ・所得や年金の受給状況を把握して、本当に困っている人に必要な支援ができる

### 4. どんな時に使うの？

#### ① 自立支援医療、障害者手帳（身体と精神）の申請

※ 療育手帳は、国で検討中です

#### ② 年金の申請（資格取得と給付）、医療保険の給付の請求

#### ③ 勤務先に提示（所得税の源泉徴収や雇用保険の手続き等に利用）

※ 就労A型は必要ですが、就労B型（ひかり、ふくろう、若椿）は必要ありません

### 5. マイナンバーQ&A



#### Q 1. 預貯金や資産まで行政の職員などに見られるのですか。

A 1 預貯金口座へのマイナンバーの付番は平成30年を目途に始まる予定で、任意です。

利用目的も、

- ・金融機関が破たんした時の自己資産保全のための預貯金額の合算
- ・税務調査や生活保護などの資産調査

などに限られています。

#### Q 2. カードの裏面にマイナンバーが書かれています。レンタル店などに提示して大丈夫でしょうか。

A 2 レンタル店などで身分証明書として利用する際、裏面のマイナンバーを書き写したり、コピーを取る事はできません。こうした事が起こらないよう、カードは、裏面のマイナンバーなどを隠すビニールケースに入れて交付されます。

Q 3. マイナンバーを他人に知られたら、芋づる式に個人情報たにん し いも しき こじんじょうほう もが漏れるおそれはありませんか。

A 3 マイナンバーを利用する際、必ず『番号が正しいかの確認』と『正しい持ち主かの確認』を行います。このため、マイナンバーが見られたり、漏れたりしたとしても、マイナンバーだけで手続きはできません。

また、マイナンバーは、個人情報こじんじょうほうがひとつの共通データベースきょうつうで管理かんりされる事ことはありません。芋づる式いも しきに抜き出す事ことはできない仕組みしくになっています。



## 6. 取り扱いの注意

マイナンバーは生涯しょうがいにわたって利用する番号りょうばんごうなので、通知カードやマイナンバーカードをなくしたり、マイナンバーをむやみに提供ていきょうしたりしないようにして下さい。

マイナンバーの通知や利用、カードの交付などの手続きで、行政機関などが口座番号や口座の暗証番号、所得や資産の情報、家族構成や年金・保険の情報を聞いたり、お金やキャッシュカードを要求する事は一切ありません。銀行のATMの操作をお願いする事もあります。

こうした内容の電話、手紙、メール、訪問などには絶対に応じないよう、注意して下さい。



平成28年6月末 現在の情報

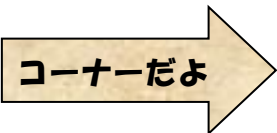
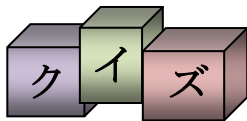


### 参考資料：

『障がい者手帳を持っている方へ マイナンバー制度がはじまります』（大阪府）  
『マイナンバーカード総合サイト』（地方公共団体情報システム機構）  
（マイナちゃんのイラストは、使用許可をいただいています。）

## 《7～9月の予定》

月	日にち	行事（作業所）	場所
7月	中旬	お楽しみ会（若椿）	未定
	21日（木）	映画鑑賞	つばき会館
	30日（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館
8月	12日（金）	バーベキュー（ひかり）	ふれあい会館
	中旬	バーベキュー（ふくろう）	大浦崎公園
	中旬	お楽しみ会（若椿）	未定
	27日（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館
9月	中旬	お楽しみ会（若椿）	未定
	24日（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館
	25日（日）	わいわいふれあい交流会（ひかり）	つばき会館



こんかい なつ  
**今回のテーマは“夏”です**

した ひょう おな ほんごう おな い こた ひょう かんせい  
 下の表の同じ番号のところに同じカナを入れて<答え>の表を完成させよう！

した さんこう  
 下のヒントを参考にしなね！

1	ナ	2	ツ	3	ヤ	4	ス	5	ミ		9
			10				11			4	1
6	バ			12		13		6			2
6	バ	1		1				11		14	
7	ロ			15		16		17		11	18
8	ア	19				20				21	



分かった！  
ひらめいたぞ

こた  
 <答え>

1	ナ	2	ツ	3	ヤ	4	ス	5	ミ	6	バ	7	ロ
8	ア	9		10		11		12		13		14	
15		16		17		18		19		20		21	



<ヒント>

- 2のタテ・・・雨あめがよく降ふる時期じきだよ！
- 4のタテ・・・夏なつは浜はま辺べでこれこを割わろう！
- 8のヨコ・・・夏なつが過すぎるとやっきてくる季せ節つ
- 9のタテ・・・夏なつ真まっ盛さりのこと
- 12のタテ・・・仕し掛かけ、打うち上あげなどあよっるて、夜よる、暗くらくなってやよるときいれだよ！
- 14のタテ・・・夏なつは「恐きょう怖ふシりーズ」(ホみラー)が見み応こえがあるかもね！
- 15のヨコ・・・熱ねっ射しゃ病びょうに気きを付つけないと。運はこばれるかもよ！
- 16のタテ・・・太たい陽ようが沈しずんで、昇のぼっあいだってくるままでの間ま

こた がつ にちころ かくさぎょうしょ けいじ  
**クイズの答えは7月15日頃に各作業所に掲示します！**

へんしゅうこうき  
 編集後記 \ (^o^ ) /

なつ あつ じき むか なつ しゅみ い  
 夏の暑あつい時期じきを迎むかえようとしていますが、夏なつバテばしないように趣しゅ味みを生いかしてリフレッシュしてくださいね！

はや つうしんはつこう ねんいじょう た こんかい ごう せいかつ ひつよう  
 早いもので通信発行から1年以上が経たちました。今回「ひだまり5号」では、これからの生活で必要とされる「マイナンバーの活用」について分かりやすく載せてみました。

こんご かくさぎょうじょ しょうかい と あ ないよう こ つうしん かんが ねが  
 今後は、各作業所の紹介なども取り上げて、内容の濃い通信にしていこうと考えているのでよろしくお願ねがいします。

(こうちゃん)