

令和3年度 松本圏域自立支援協議会 暮らし部会 余暇情報まとめ

1 りんご会(松本市障害者本人活動支援事業)

実施主体	(福)信濃友愛会 松本圏域総合相談支援センターWish	連絡先	0263-26-1313
実施内容	(1)充実した余暇を送ることができていない障害者を対象に、本人ができるだけ自分で考え、企画、行動する場としての余暇活動の場(スポーツ観戦、レクリエーション活動、料理教室、バスハイク等)を、本人の意思を尊重しながら提供し、社会生活上のスキルアップ、仲間づくり、当事者活動の意識付けの支援を行う。 (2)本人活動を支えるボランティアを育成する (3)障害者が安心した地域生活を送れるよう、本人の生活を見守り、相談相手となりながら自立と社会経済活動への参加に必要な援助を行う。 ※地域生活支援事業補助金の自発的活動支援事業に位置付けて実施している。		
日時	土曜日又は日曜日(年6回)	場所	都度異なります。
対象者	主に松本市にお住まいの方	費用	都度異なります。
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

2 ふれあいバスハイク(心身障害児者激励行事)

実施主体	(福)松本市社会福祉協議会	連絡先	0263-25-3133
実施内容	日頃外出する機会が少ない障害のある方とその家族が、心身のリフレッシュを図るとともに、参加者同士の交流と親睦を図るものとして実施している。		
日時	毎年9月上旬(新型コロナウイルス感染症の状況により決定)	場所	都度異なります。
対象者	身体障害者1、2級、療育手帳A 精神障害者保健福祉手帳1級 各所持者及びその家族 定員を超える場合、初めての参加の方を優先する。 また、施設からの申込みは10名以内(当事者、保護者、スタッフ含む)とする。	費用	例年3,000円前後 (昼食代、旅行保険料、入場料等)
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

3 ふれあいバスの旅(安曇野市社会福祉協議会ささえあいの事業)

実施主体	安曇野市社会福祉協議会	連絡先	社協豊科支所 0263-73-7143 社協穂高支所 0263-82-2940 社協三郷支所 0263-77-8080 社協堀金支所 0263-73-5288 社協明科支所 0263-62-2429
実施内容	ふれあいバスの旅は、お年寄りの方、障がいのある方が、安心して参加できる、日帰りバスの旅です。		
日時	10月2日3日6日9日	場所	未定(県内)

対象者	障がい児・者 障がい児・者の家族 ひとり暮らしの高齢者 高齢者のみでお暮らしの方 (おおむね65歳以上)	費用	一人 4,000円
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

4 ほっと一息みんなの居場所

実施主体	(福)塩尻市社会福祉協議会 すみれの丘	連絡先	0263-54-3114
実施内容	地域で暮らしている障がいがある方でひきこもりがちの方や、大勢の人の中は苦手な方、なんとなく他にやることがない方が当日に集まって話をしたり、お出かけをし交流する場として開催しています。		
日時	毎月第3水曜日、午後1時～3時 * 月により他の水曜日もあり。 * 新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、時間短縮やお休みをすることがあります。	場所	福祉センターすみれの丘
対象者	ひきこもりがちの方、少人数の活動が好き な方、なんとなく居場所がほしい方など。	費用	無料(お茶代など実費負担になる場合があります。)
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

5 いちご会

実施主体	(福)塩尻市社会福祉協議会 すみれの丘	連絡先	0263-54-3114
実施内容	知的障がい等がある、一般就労されている方が集まり、仕事のことや普段の生活のことなどを仲間と一緒にしゃべりし、交流を深めリフレッシュする会です。年4回開催します。		
日時	平日 午後6時頃から	場所	福祉センターすみれの丘
対象者	塩尻市内在住の知的障がい者等で就 職されている方	費用	無料(食事代など実費負担があります。)
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

6 スペシャルオリンピックス

実施主体	公益社団法人スペシャルオリンピックス ス日本・長野	連絡先	事務局 026-225-1550
------	------------------------------	-----	------------------

実施内容	知的障がいのある人たちに様々なスポーツトレーニングとその成果の発表の場である競技会を、年間を通じて提供している国際的なスポーツ組織です。現在、県下各地でスポーツプログラム19競技を実施しています。詳細については、ホームページをご覧ください。Http://www.son-nagano.com		
日時	プログラム毎に異なります。	場所	県内各地
対象者	療育手帳のある知的障がい者	費用	賛助会費、プログラム参加費、大会遠征費用、ユニフォーム代
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

7 サンスポートまつもと

実施主体	サンスポートまつもと	連絡先	0263-88-6826
実施内容	「サンスポートまつもと」は、長野市にある「長野県障がい者福祉センター」のサテライト施設(松本事業所)です。 中信地域における障がいのある方のスポーツ・運動の振興を目的に開設しました。 主に、障がいのある方のスポーツ・運動の指導・支援、教室・大会の開催、障がいのある方のスポーツ指導に関わる方たちへの講習会を開催しています。 詳細については、ホームページをご覧ください。 ⇒ http://w2.avis.ne.jp/~sunmatsu/sunmatsusetu.htm		
日時	ホームページ参照	場所	要望のある場所まで、出向きスポーツ等の指導・支援を行います。
対象者	「身体障害者手帳」「精神障害者保健福祉手帳」「療育手帳」の交付を受けた方ならどなたでも無料でご利用いただけます。	費用	施設等利用の場合、自費負担が発生します。
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

8 ほっとくらぶ

実施主体	ほっとくらぶ	連絡先	090-4009-2524(齊藤様)
実施内容	重い障がいや病気を持った子どもの療育や在宅医療ケアをされているご家族と一緒に、医療関係者・福祉関係者・一般市民が家族ぐるみで「それぞれの特技を生かして、みんなが協力しあい、楽しみましょう」という取り組みを行っている市民団体です。 ・家族レスパイト旅行(日帰りキャンプ含む)の企画・実施 ・重症心身障がい児(者)とご家族が置かれている現状の啓発 ・信州方式の家族レスパイト構築と普及・啓発活動 https://www.f-respite.net/ メールアドレス:kurabuhotto@gmail.com		
日時	コロナ対策にて不定期	場所	ホームページやチラシ配布にて告知
対象者	重症心身障がい児者とご家族、また支援と一緒に参加希望して下さる	費用	参加費あり (障がい児者本人のみ負担なし)
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ 本人からの問い合わせ可		

9 かかわり塾

実施主体	障害者相談支援センターぴあねっと・まつもと	連絡先	0263-27-7211/0263-29-5020Fax
実施内容	スポーツ教室・料理教室・講演会など、都度、内容は変わります。定員制になっております。詳細についてはお問い合わせください。		
日時	毎月1回 時間は都度異なります (コロナウィルス感染の影響を受け、当面の間はなし。開始時期は、状況により検討。)	場所	都度異なります
対象者	障害のあるなしに関わらず、 一歩前に出て人と関わりたいと思っている方	費用	都度異なります
問い合わせについて	相談員(支援者)の仲介が必要 ・ <u>本人からの問い合わせ可</u>		