



Mail: [labo201706@gmail.com](mailto:labo201706@gmail.com)

TEL:080-7822-1745

2017年11月発行 第1号

URL: <https://tsunagarilab.com>

[世田谷区宮の坂 2-26-17-306](https://tsunagarilab.com)

F B : [つながりラボ世田谷](#)

一般社団法人つながりラボ世田谷は、制度にはないサービスだけれど、地域生活を継続していくためには、どんなに小さな支援でも安心な生活には欠かせない、そんな小さな活動を開始しています。  
プログラムには、**①余暇を豊かに** **②家族・本人を支える** という活動があります。  
順次プログラムのご紹介をしていきます。

## ①余暇を豊かに

参加対象の見方： ⊕ = 本人   ⊗ = 親   □ = 親子

### 1. 音楽療法 <重度のかた優先> ⊕

- 療法士：中井深雪先生  
心のおしゃべり音楽工房主宰
- 月1回 第1土曜日 あるいは 第4土曜日  
6か月をひとコースとして継続して実施します。
- セッションを始める前に、丁寧な面接などによるアセスメントを行ないます。また、セッションの様子をしっかりお伝えし、適宜面談等も行います。
- 参加費：3500円/回 事前体験 4000円/回
- 実施方法 一日を3グループに分けます。  
1グループ 5～6人  
午前中 1セッション 午後2セッション  
1セッション 1時間
- 場所：追ってご連絡します。場所代として費用がかかることがあります。
- 開始時期 来年度4月より予定
- ガイドヘルパーさんといっしょに参加もできます。

### 2. スポーツ教室 <子どもから成人まで> ⊕

- H21年度より親の会が継続している運動教室が、親の会から移管されました。
- 監修 日体大上田幸夫教授  
上田ゼミ助手の伊東先生と学生さんが支援
- 実施方法 定員各20名  
月2回実施 10時～12時 (内1時間半)  
第一土曜日コース 尾山台小体育館  
第三土曜日コース 世田谷小体育館
- 参加費：1000円/回 年度ごと登録  
各コース1年通しての参加できる方を望みます。
- 体験 1500円/回 事前申し込みが要ります。その後通年の通年の会員になれば1000円/回になります
- 事前にアセスメントシートの提出があります。
- 大学のゼミの一環として実施していただいていますので、参加費は低く抑えました。

### 3. コンサート ⊕ ⊗

- ご家族といっしょに  
ランチコンサート  
ゆったりとした時間をつくります  
参加費：食事代+music
- 本人たちに演奏の機会を提供 (H29年度は9月23日に鎌田区民センターで実施しました。)
- その他、新企画を考えていきます。

### 4. お料理教室 ⊕

- 仲間と一緒に自立に向けて
- 講師：上田幸司先生  
(都育成会ゆうあい会  
お料理教室主宰) と  
美濃部晴美さん
- 3か月に1回 日曜日  
参加費：1000円+実費
- 場所：地域区民センター  
調理室

### 5. 体をつかってレクリエーション

- **ダンス・風船バレー・ポッチャ** ⊕ ⊗ □
- 隔週または週替わりでのプログラム内容を検討中：ヒップホップ系ダンス、風船バレー、ポッチャ など
- 毎週月曜 第1から第3月3回  
18時より 1セッション または 2セッション
- 参加費：1セッション 1500円/回  
月3回実施のうち、月2回は必ず参加できるかた。5回分チケット制。3か月間有効
- 場所：総合福祉センター研修室
- 講師：追ってご連絡します
- 開始時期：H30年2月より予定

## ②家族・本人をやさしく支える



### 6. 茶話会・サロン活動

- 誰でもお話しすれば軽くなります。気軽にお茶を飲みながら、おしゃべりしませんか。
- 茶話会：月1回 予定
- 参加費：500円  
(お茶・おかし代など)
- 場所：総合福祉センター 和室
- 時間：10時半より  
10時からお部屋でお待ちしています。
- 準備がございますので、極力事前申し込みをお願いします。当日参加もOKです。
- 来年度1月より：

1月12日(金)

2月20日(火)

3月14日(水)



### 7. 相談室の設置

- H24年度から実施しているものを親の会から移管。
- サービス利用計画まではいかないけれど、「親なきあと」は親あるうちに」気軽に相談を。
- 関係機関や東京都育成会と連携し、寄り添って一緒に考えます。
- 月1回 お二人の相談員が隔月で相談をうけます  
**白井俊子先生**  
(都育成会権利擁護支援センター初代所長)  
**渡部伸 副会長**
- 親の会事務所 相談室
- 相談料：無料  
ただし専門の先生へ相談をつなぐときには、経費はかかります。
- 本人からのお話も伺います。

### 8. MAPS

#### Mimamori Anshin Partners (MAPS)

- 見守りあんしんパートナーズの活動とは：
    - ・親子の高齢期、特に親なきあとの本人の見守り。
    - ・独り暮らしをしている人の不安や心配に対応した支援の提供。
    - ・制度にはないサービス・困ったことに対する支援の提供。
    - ・若いうちから地域の活動に参加し、仲間づくりを心がけ、MAPS協力員と仲良くなろう。
- 世田谷の障害のある人たちに寄り添っていく MAPS を地域に定着させます。**

### 9. LLブックの普及活動

- スウェーデン語で Lattlast (やさしく読める、英語では easy to read) の最初のアルファベットを取って LLブックと名付けられた本には、合理的配慮がいっぱいです。
- 文字を読むのが苦手な人でも分かりやすいように、写真やピクトグラムなどを使って書かれています。本人達に楽しめるような LLブックについての情報をHPでお知らせします。

#### ●各プログラム参加者へのレクリエーション保険について

音楽療法、スポーツ教室、お料理教室、リクリエーションには参加者に行事保険をかけます(茶話会を除く)。補償内容は お問い合わせください。保険加入は当日では無理なことがありますので、事前の参加申し込みをお願いいたします。

- 非親の会会員のかたの参加について：親の会会員ではないかたも参加できます。ただし、参加費は、各プログラムで、会員のかたの2割増しになります。詳細は、都度、法人にお電話でお問合せください。



#### 賛助会員 募集中

活動にご賛同いただけるかた、プログラムに参加されるかたは、できるだけ賛助会員になっていただけるよう、お願いいたします。

**1口3000円/年間、何口でも受け付けます。**

賛助会員申込書にご記入していただくこととなりますので、右記納入方法をご確認ください。



#### 納入方法

- ① 直接銀行口座に振り込む場合  
振込口座：三菱東京UFJ銀行 経堂支店  
普通 091-0677080  
一般社団法人 つながりラボ世田谷  
賛助会員申込書は後日提出いただけます。
- ② 賛助会員申込を先に申請する場合  
法人宛てご連絡ください。080-7822-1745