



フリースペース



地域活動支援センター カナン

いつでも見学できますので遊びにきてください。お待ちしております！

<営業時間>

月曜日～金曜日 13時～17時

上田駅から5分、松尾町の
フードサロンの2階です。



背景

近年、障害者手帳の取得者は、知的・精神障がい者において過去5年間で、おおよそ1.5倍増の伸びとなっている。特に、精神障がい者の手帳の取得や自立支援医療費の受給者は増加の一途を辿っている。

いわゆる「ひきこもり」者の実態の把握ができていない状況であるが、平成22年に内閣府が推計した数値によると、全国で23.6万人（狭義のひきこもり）とも言われており、上田市に置き換えると300人ほどが潜在的に存在することとなる。この数値も若者（15～39歳）に限定したものであり、40歳以上の者は含まれていないことから、相当数の方が潜在的に存在するものと考えられる。

また、「ひきこもり」者の1/4は発達に起因した障がいを持つとの調査結果もあり、こうした方の居間の居場所づくりや、社会参加へのステップアップといった場所の確保や機会の提供は、今後、益々重要となっている。支援の入らないまま、成人期、高齢期を迎える方も少なくなく、最終的には生活保護といったセーフティネットの対象となってしまうことも懸念される。

目的

地域活動支援センターは、地域において自立した日常生活や社会生活を営むことができるよう、創作的活動や生産活動の機会を提供し、社会との交流を図ることを目的としている。

当該、地域活動支援センターは、当事者としての経験を生かし、支えあいながら福祉サービスや社会資源に結びつかない在宅の方々も対象として、憩いの場や交流の場、学びの場を提供する。

所在地 上田市中心一丁目2番17号 松尾町フードサロン 2階

定員 15名（登録人数：60名）

内容

地域活動支援センターⅢ型

- ・ミーティング：日頃の困り感を共有して対処方法をともに考える。
- ・交流の場：お茶のみ交流会、スポーツ
- ・学びの場：編み物教室、ギター教室、英会話教室、筆ペン教室、パソコン教室、講演会
- ・デイケア：お花見、スポーツ、散策、SST（ソーシャル・スキル・トレーニング）
- ・ピアサポート：電話・面接による相談事業、在宅の方への支援（自宅に引きこもる方のニーズを捉え、傾聴する）
- ・広報誌の発行：在宅の方にも届くよう、公的な場所等への掲示やホームページなどを活用する。

特徴

- 1 **ピアサポートの充実**（ピアサポート：ピアとは「仲間」という意味。同じ問題や環境を体験する人が対等な関係性の仲間で支え合うこと。）
当事者が運営をサポートすることで、同じ悩みを共有し、適切なアドバイス（傾聴支援）を行うことができ、利用者サイドに立った支援が提供できる。
- 2 **大学とのコラボ（発達障がいデイケアの継承）**
長野大学で自主的に行っている発達障がいデイケア事業を引き継ぐことで、大学の講師や学生と協働した事業展開が可能となり、専門性のある支援が期待できる。
- 3 **街中での展開**
上田駅から比較的近い「松尾町フードサロン」の2階を使用することで、利用者の利便性の向上と様々な団体との交流の機会が得られる。

月	火	水	木	金	土	日
	1 パソコン教室 ミーティング	2 ★編み物教室 ミーティング	3 ものづくり ミーティング	4 ボードゲーム ミーティング	5 定休日	6 定休日
7 スタディ ミーティング	8 パソコン教室 ミーティング	9 ものづくり ミーティング	10 看板作り(2) ミーティング	11 山の日	12 定休日	13 定休日
14 お盆休み	15 お盆休み	16 お盆休み	17 ★編み物教室 ミーティング	18 ボードゲーム ミーティング	19 定休日	20 定休日
21 スタディ ミーティング	22 パソコン教室 ミーティング	23 ものづくり ミーティング	24 看板づくり(3) ミーティング	25 ★ギター教室 ミーティング	26 定休日	27 定休日
28 スタディ ミーティング	29 パソコン教室 ミーティング	30 ものづくり ミーティング	31 ものづくり ミーティング	新着情報 What's new	パソコン教室とは パソコンの悩みにお答え します。初心者、中級者 向け。	看板づくりとは フードサロンの玄関にみ んなの作った看板を飾ろ う！全8回！

▼フリースペース

お茶菓子と美味しいコーヒーを飲みながら
雑談しませんか？塗り絵をしたり、読書や
ボードゲームしたりご自由にお過ごしくだ
さい。途中から来ても帰ってもOK！

毎日 13:00~16:00 (参加自由)

▼ミーティング

カナンでは、皆さんの考えや体験を共有・
共感することによって利用者の皆さんの回
復のお手伝いができれば良いと考えており
ます。気分チェックやその日話し合いたい
テーマを皆さんで分かち合います。

毎日 16:00~16:30 (参加自由)

★編み物・ギター教室(隔週)

講師をしてくださる方をお招きして、開講
されております。毛糸、かぎ針などはあり
ます。ギター演奏に興味のある方、ぜひご
参加ください。編み物教室は男性のご参加
もお待ちしております。意外とハマる！？

編み物 13:30-15:00 ギター 13:30-14:30

▼スタディ・ものづくり

月：昔やってみたかったことや、勉強
してみたいことに挑戦する日です。
水・木：手芸工芸などものづくり中心に
活動する日です。

各：13:00~15:00 (参加自由)

スタッフより：7月はエアコンが故障中でご迷惑おかけしました。

8月からパソコン教室が始まります。パソコンが苦手な方も得意な方も、ご参加ください。パソコンに詳しいスタッフが優しく指導します。
ふだん使われているパソコンを持参いただくと助かります。パソコンをお持ちでない方はご相談ください。

カナンは、利用者の皆さんとスタッフが一緒に作り上げていく地域活動支援センターです。新しいプログラムのアイデア等がありましたら、
遠慮なくスタッフにご提案ください。

実りの秋を元気に迎えられるように、夏を乗り切りましょう。