

参加無料

定員20名

「発達障害」の特性に応じた就労サポート



参加しやすい土曜日開催！

「見学」「体験」随時受付中！

特性について語り合う ～発達障害者当事者向け交流会～

個別相談の
時間あります

「発達障害」の方の
「生きづらい」
「働きづらい」
について語りあう会

「発達障害」の方の
「生きづらい」
「働きづらい」

「発達障害」の方の

当日のスケジュール

12:45	受付開始
12:55	開始5分前案内
13:00	開始あいさつ
13:05	交流会開始
14:10	交流会終了・休憩
14:20	個別相談会
15:20	個別相談会終了



参加対象

発達障害・精神障害当事者の方 (人気の交流会です。お早目のお申込みをおすすめします。)

8. 8 2020 SAT. 会場：ディーキャリア長野オフィス

13:00～14:10 交流会

〒108-0023

14:20～15:30 個別相談 (希望者)

長野市南千歳2丁目12-1

JR「長野駅」善行寺口より徒歩6分
長野電鉄「市役所前駅」北口より徒歩2分

お申込み

参加費無料。

メールか電話にてお申込みください。

定員になり次第締め切らせていただきます。

(人気の交流会です。お早目のお申込みをおすすめします。)

※当日駐車場の準備がありません。公共交通機関をご利用いただくか、近隣の駐車場をご使用の上ご来場ください。

お問合せ

ディーキャリア長野オフィス

☎026-219-3815

✉nagano@dd-career.com

担当：小林、守谷

<受付：平日10:00-17:00>

ちょっとした工夫で毎日が変わる！大人の発達障害の特性に応じたプログラム



こんな「あなた」におすすめ

- 発達障害と診断をうけて、どうして良いかわからない
- 空気がよめなくて人間関係がうまくいかない
- せっかく就職したのに長続きしない
- 一般枠か障害者枠で就職するか悩んでいる
- 自分が発達障害なのではないかと不安な方
- 休職中で、発達障害の診断がでて悩んでいる

少しでも生きづらさを感じている方におすすめです

ひとつでも当てはまる方は、ご相談ください。



7月

ディーキャリア長野オフィス

プログラム体験会



各講座定員20名

参加無料

7/3(金)

物の見方を変えよう
～捉われないモノの見方～

AM10:30
➤ 12:00

同じ物事でも人によって捉え方は様々。
物事の視点を変えて現状を捉えなおすことで、
ストレスを軽減する方法です。

7/10(金)

人間関係を良くする会話術

AM10:30
➤ 12:00

上司や先輩、友人など周りと良好な関係を築くた
めに、どんなことをしていますか？
ここでは、自分も相手も尊重する会話術の方法を
知ることができます。

7/17(金)

ストレス発散方法

AM10:30
➤ 12:00

人間関係や仕事など、ストレス社会の中でスト
レスの仕組みを知って、安定した就労に繋がるヒ
ントを知ることができます。

7/31(金)

相手との信頼関係を築く会話術

AM10:30
➤ 12:00

人の話をただ「聞く」のではなく、注意を払いより
深く、丁寧に耳を傾け、相手が話したいこと、伝え
たいことを受容的・共感的な態度で「聴く」ことで
信頼関係を築く方法。

参加対象 発達障害・精神障害当事者の方、またそのご家族。教育・福祉関係の方。

お申し込み 参加費無料。電話かメールにて事前にご連絡ください。各講座定員20名。

お問合せ

ディーキャリア長野オフィス

〒380-0823

長野県長野市南千歳2丁目12-1

長野セントラルビル7階

TEL: 026-219-3815

Mail: nagano@dd-career.com

<受付: 平日10:00~17:00> 担当: 小林、守谷

アクセス

JR「長野駅」善行寺口より徒歩6分
長野電鉄「市役所前駅」北口より徒歩2分

※当日駐車場の準備がありません。近隣の有料駐車場をご
利用いただくか、公共交通機関をお使いの上ご来場ください。

つよみ
凸を仕事に凹に工夫を。

ディーキャリア長野オフィスは「大人の発達障害」の特性に
応じたプログラムの就労移行支援事業所です。



日時：2020年8月2日(日) 無 料
1回目 13:00 ~ 14:20
2回目 14:30 ~ 15:50 申 込 不 要

会 場：長野市もんぜんプラザ3階304会議室
定員22名3密対策(出入自由)
マスクの着用をお願いします。
住所：長野市大字南長野北石堂町1485-1

内 容：(1) 原爆詩の朗読 朗読ボランティアやまびこ会
(2) The A-bomb ヒロシマで何が起こったか
DVD 46分
(3) ヒロシマ 被爆者からの伝言
DVD 22分
※ DVDは広島平和記念資料館貸出DVD

対 象：関心のある方ならどなたでも
(体調不良の方はご遠慮願います。検温をさせていただきます。)

主 催：被爆体験を聴く会実行委員会
(構成団体:長野市ボランティア連絡協議会、CSネットワーク長野等)
問合せ先：被爆体験を聴く会実行委員長 土田 昇 携帯:090-4011-6630

後 援：連合長野
期間：7月31日~8月7日
もんぜんプラザ3階市民ギャラリーにて
ヒロシマ・ナガサキ原爆写真パネル展を開催「無料」

戦後75年戦争を知らない世代が大半となった今だから
8月6日ヒロシマで何が起こったかを知る会
子供達に平和を引き継ぐ為に必要なことは何か考える



食に困難があっても 食べられるデザートの試食会をしたい！

稲荷山養護学校

生徒200人中60人が食に困難があり、特別な食事を食べている
校外に出かけると、特別な食事を提供してくれるところがほとんどない
食に困難があっても豊かな食生活を過ごせる社会をつくりたい



salon de Ruruka

アイシングクッキーの教室を主宰
アレルギーで食べられない人のためにアレルギーフリーのアイシングクッキー講師の資格を取得
噛むことや飲み込むことが困難な人でも食べられるデザートをつくりたい



食に困難があっても 食べられるデザートの 開発と試食会



生の声を聞いて
品質を向上

継続し
活動を広める

食に困難があっても
豊かな食生活が送れる社会へ



食に困難があっても 食べられるデザートを試食会をしたい！

デザートづくりの要 ゲル化剤



画像はホームページからお借りしました

株式会社宮源「ミキサーゲル」
加熱・冷却の手間なく、混ぜるだけでゲル化が可能。700g 4,989円

噛む力が弱い子は、普段やわらかい食事をとっています。

でも、やわらかければいいというわけではありません。噛む力に加え飲み込む力が弱い子にとって、ベタベタ、バラバラ、サラサラした食材は食べづらいのです。食べづらいだけでなく、誤嚥のリスクも…

そこで、ブレンダーなどでやわらかくした食材をゲル化剤で程よくまとめることで、安心して食べることができるようになるのです。

季節感のある かわいいデザート



初めての試作品。チョコレートアイスは溶けにくくベタつかない工夫をしています。盛り付けも華やかに！

食に困難がある子でも食べられるお弁当を注文しようとインターネットで検索すると…出てくるのはお年寄り向けのものばかり。子供が喜ぶ味や見た目のはまずありません。そこでわたしたちは、子供が喜ぶかわいい見た目にこだわります。

そして、旬の果物や野菜を使うことにもこだわります。障がいの有無にかかわらず、旬のものをいただき、季節を感じられる豊かな食生活をすべての子に届けたいと願っています。

(第6回活動回)

絵文字リンゴの進め方について

2020年7月11日

天空の里 いもい農場

1. 提案

長野市きらめき隊と共同で、絵文字リンゴ作成に取り組みます。

2. 趣旨

新型コロナウイルス感染症により、2020年度リンゴの木のオーナー制度の取り組みは中止となりましたが、和田農園のリンゴの販売・斡旋で、オーナーとのつながりを持つ計画です。オーナーにお届けするリンゴの一つに、絵文字リンゴをお届けすることで、芋井広瀬地区の美味しいリンゴを広く周知し、地域の賑わいに貢献することを目的に取り組みます。合わせて、食農体験の一環で、参加者とともに絵文字リンゴを作成し、リンゴ栽培に関心を寄せるきっかけづくりをします。

3. 進め方

(1) 概要 ※①・②ともに、いもい農場のリンゴの木で実施予定。シール手配はきらめき隊で対応。

① リンゴのオーナーへの斡旋リンゴ(数量によっては、マルシェ用)

- ・ 品種：シナノスイート
- ・ シール張り付け時期：9月
- ・ 収穫：10月17日頃
- ・ シール種類：「芋井」背景に飯縄山(縦25mm×横50mm)

② いもい農場の参加者に対して

- ・ 品種：フジ
- ・ シール張り付け時期：10月
- ・ 収穫：11月21日頃
- ・ シール種類：無地※参加者で任意の絵文字を切り抜いて張り付ける

(2) スケジュール ※数量は、申し込み数により調整を行います。

① リンゴのオーナーへの斡旋リンゴ(100個ほど作成)

- ・ シール張り付け時期に、きらめき隊とともに貼り付け作業。(9/12頃)
- ・ 作業前に趣旨説明を実施。
- ・ ニュースリリースを長野市民新聞に実施。
- ・ リンゴのオーナーへの斡旋リンゴ発送時のリンゴの一つを絵文字リンゴとし、合わせて、芋井の観光パンフレット・いもい農場のチラシを同封して発送。和田農園の作業を手伝う。(10/17頃)

② いもい農場の参加者に対して(50個ほど作成)

- ・ 8月末に絵文字リンゴ作成の参加者を募る。
- ・ 9/26に切り抜きワークを実施。

(3) 斡旋リンゴについて

- ① 価格：1箱5,500円/36個入り(36個の内、1個が文字絵リンゴ)・送料込み
- ② 広報・募集方法：オーナーにメールマガジンで広報し、メールで受け付け。
- ③ いもい農場の口座に振込後、和田さんへ支払い。振込手数料は、受益者負担。

以上



(第6回活動回)

2020年度平和学習会開催について

2020年7月12日

天空の里 いもい農場

1. 提案

被爆体験を聴く会実行委員会（長野市ボランティア連絡協議会・CSネットワーク長野）からの依頼に応え、芋井社会会館を会場に「平和」と「未来」を考えるきっかけの場を作ります。

2. 趣旨

2020年度の活動は、当初予定していた平和学習会を含め、新型コロナウイルス感染症拡大防止を目的にすべて中止としました。今回、被爆体験を聴く会実行委員会から、平和学習に取り組むいもい農場に、DVD（広島平和記念資料館所有）視聴会開催の依頼があり、少人数開催で可能とのことから、いもい農場として取り組むこととします。

この企画は、SDGs 16（平和）・SDGs 17（パートナーシップ）達成を目指し、新型コロナウイルス感染症への対策を行った上で、戦争の実相を知り、「平和」と「未来」を考えるための場とします。参加は、いもい農場の参加者（食農体験・リンゴのオーナー）、BLOG・Facebookで呼びかけます。

3. 概要

- (1) 企画名 「8月6日ヒロシマで何が起こったか。原爆被害の実相と知り、平和と未来を考える」
- (2) フレーム 主催：いもい農場 共催：被爆体験を聴く会実行委員会 後援（予定）：芋井地区住民自治協議会 協力：コープながの
- (3) 日時 8月1日（土）10：30～11：30（開場9：30）
- (4) 内容 コープながのの原爆パネル展示、DVD視聴。
- (5) 参加人数 ビデオ視聴は10人程 パネル見学は密にならないよう入場整理を実施し、30人程。
- (6) 費用 無料
- (7) 当日スケジュール
08：30～09：30 パネル掲示（奥側） 機材設置（床の間側） 会場設営（パイプ椅子10脚）
09：30～10：30 開場 パネル見学
10：30～11：30 DVD視聴
11：30～12：00 パネル見学 閉場 片付け（12：30解散）
- (8) 当日までのスケジュール
・ 7/12 組織確認⇒7/18 メルマガ・BLOG・Facebookで発信⇒7/25 申込締切⇒当日
- (9) 取材のニュースリリース … 長野市芋井支所から長野市民新聞を予定。

4. 活動保険 コープながのの行事保険の範囲。

以上

夏の きずな村 開催します

8月29日(土)午前10時～13時
JA長野県ビル 前広場&中部公民館第5分館

◇ ◇ ◇ 支援物資の寄付を受け付けております ◇ ◇ ◇

- ・事前にお電話の上、長野中央病院正面「東館」まで、ご持参いただきますようお願いいたします。
- ・物資の集約期間(8月3日(月)～26日(水) 平日午前10時～午後4時)
- ・なお、下記(米、食品)以外のものは受け取ることができませんので予めご了承ください。

- お米 2019年収穫のもの(粳、玄米、精米)
- 食品(消費・賞味期限が2020年10月以降のもの)
缶詰・未開封のインスタント及びレトルト食品・乾麺

主催：第10回きずな村実行委員会

◆ お問い合わせ

事務局連絡先 反貧困ネット長野(小野)
直通：070-6988-2771(月～金 9:00～17:00)
長野医療生活協同組合 TEL：026-234-1476 FAX：026-234-1493

鯉Tプロジェクト発

雨ニモマケズ

ながの 龍神Tシャツプロジェクト



Tシャツを着て長野市の子どもたちを応援しよう!

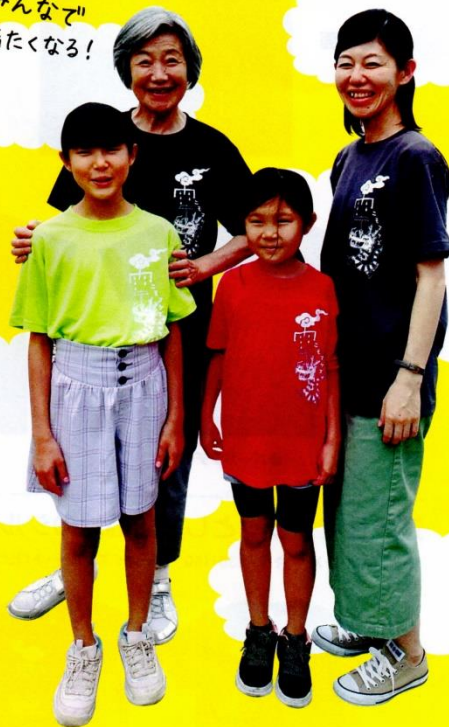
長野市では2019年の台風19号により、小中学校の校舎や体育館が大きな被害を受けました。そこで長野市の子どもたちを応援するTシャツを作りました。Tシャツ代の一部を支援金とし、教育委員会を通じて長野市の小中学校に寄付します。

目的:長野市の被害を受けた小中学校を支援

寄付金:Tシャツ1着につき1,000円(キッズ用は500円)

目標寄付額:200万円

みんなで
着たくなる!



デザインに込めた思い

龍は水を司り、豊穡の象徴とも言われます。暴れ川が運び込んだ土壌が次の実りをもたらします。自然災害の多い日本の風土には、厄災のあとに新たな復興を繰り返す循環的な思想が育まれました。

江戸時代の画家葛飾北斎は、晩年の一時信州小布施に歴を据え、多くの龍の絵を残しています。80歳を超えてなお、新天地で作画に取り組んだ北斎が龍に託したのは、荒ぶる神の破壊と創造への讃歌だったのかもしれませんが。そんな思いをこめて、ながの龍神Tシャツプロジェクトのキャラクターに龍を選びました。

鯉Tプロジェクトの象徴、宮沢賢治の「雨ニモマケズ」の一句をデザインに継承し、龍の胴体には決壊があった2019年10月13日を暗示する10本の縞模様を配しました。

龍が履く長靴は、長野県の災害復興のために全国から駆けつけてくれたボランティアの方々の姿をイメージし、迎える長野県のシンボルとしてリンゴの花をTシャツの背に咲かせました。

千曲川をめぐる人々のあらたな創造の物語に思いを馳せ、応援していただければ幸いです。



イラストデザイン

長野亮之介(自然派戯れ絵師)プロフィール

1958年東京生まれ。81年にユーコン川(米・アラスカ)全流を筏で下り旅の面白さに目覚め、表現手段として絵を意識し始める。主に出版書の挿絵や表紙絵等を手がける他、芝居ポスター、手ぬぐい等のデザインも。地平線会議同人。

Tシャツ1枚 **2,000円**

(うち寄付金 1,000円)

キッズTシャツ **1,500円**

(うち寄付金 500円)

鯉Tプロジェクト 〒380-0813 長野市鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター内

ながの龍神Tシャツラインナップ

しっかりした着心地の綿100%Tシャツ

サイズS・M・L・XL ネイビー・バーガンディ・ダークグレー

Tシャツ1枚 **2,000円**
(うち寄付金 1,000円)

キッズTシャツ **1,500円**
(うち寄付金 500円)



おもて面

●ネイビー



背中



●バーガンディ



●ダークグレー



速乾性でサラッとした着心地のシルキータッチTシャツ！

サイズS・M・L・XL キッズ130・150 ターコイズブルー・トロピカルピンク・ライムグリーン

UFP50+
UV
カット



●ターコイズブルー



●トロピカルピンク



●ライムグリーン



ご注文

ショッピング
カート →



販売協力

長野市ボランティアセンター (長野市ふれあい福祉センター1F)

市民協働サポートセンター (もんぜんぷら3F)

<https://naganoryut.cart.fc2.com/>

お問い合わせ

鯉Tプロジェクト

Facebook →

メール nanbusaket2013@gmail.com



※このプロジェクトはボランティアで運営しています。注文についての詳細はFacebookとショッピングカートをご覧ください

鯉Tプロジェクトについて

このプロジェクトは、東日本大震災で被災した岩手県大槌町の中学生を応援するため、長野市災害ボランティア委員会のプロジェクトとして2011年から5年間活動していました。デザインは、岩手に縁のある宮沢賢治の「雨ニモマケズ」をモチーフに、雨の文字の点々は「3.11」を表しています。多くの方のご支援によって販売総数17,554枚、総額881万円の寄付金を届けることができました。寄付金は、部活動に必要な物品や遠征費などに使われました。

