

## 停電への備え

■地震や台風などの災害で停電した時は、当たり前のことですが、家の中のすべての電化製品が使えなくなります。

冷蔵庫が冷えず、中の食品が腐ってしまいます。ご飯が炊けない、洗濯できない、ウォシュレットが使えない、テレビが映らない・・・しばらく我慢して、復旧を待つしかありません。

■聴覚障害者は、夜、「光」がないと不安を感じます。会話できません。

「ラジオ」も聞こえないので、スマホが大切な通信・情報源になります。

4月号でも、「避難グッズの備蓄」で「(5) 予備電池などのストック」をお勧めしました。今回は、懐中電灯やスマホ関係の電池の備蓄について、停電が2日にわたった場合の1本(台)分を考えてみます。

### ■■ 懐中電灯と電池 ■■

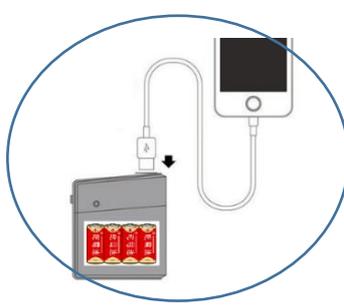
- ①定期的に点けてみて、壊れてないか調べる。
- ②使わないときは、電池を取り出して保管しておく。

入れっぱなしは電池の液漏れなどで懐中電灯が故障する。

- ③懐中電灯は、2～3本準備しておく。(ランタンタイプ・普通のライトタイプ)
- ④単3電池3本の懐中電灯を1日8時間使うと、交換が必要。単3電池3本×2日=6本。  
6本以上準備しておけば2日間は大丈夫。
- ⑤電池はビニール袋に入れて、高温多湿の場所を避けて保管。(冷蔵庫保管はダメ×)



モバイルバッテリー



電池式充電器

### ■■ スマホと充電器 ■■

- ①電池の取り外しが可能なスマホ(携帯)は予備電池を準備。
- ②普段は充電器をコンセントに差し込んでスマホに充電しているが、停電時には③の充電器が必要。
- ③「モバイルバッテリー」=普段から充電しておく  
「電池式充電器」=電池を使用
- ④単3電池4本の「電池式充電器」の場合は、電池8本を備蓄。
- ⑤支援センターには、スマホ4台を同時に充電できる非常用バッテリーがあります。困ったときにはご利用ください。



ランタンタイプ



ライトタイプ

松岡正明さんフォトギャラリー



川辺

# 講座案内

コロナウイルス感染症の関係で、開講日直前に講座が中止・延期になることもあります。ご了承ください。

## いきいき講座

### ゆったりヨガ

ヨガは、精神的なゆとりが生まれると言われていています。  
 ストレス解消により、免疫の向上・生活習慣病の予防にもつながります。  
 みんなで楽しく体を動かしましょう。

日時	6月4日(土) 10:00~12:00
場所	支援センター会議室
講師	山中 真実 さん
持参物	タオル・水分補給の飲み物
締切り	5月31日(火)

いすに座って、  
 ゆったりと、  
 無理なくできる  
 運動をします。



## 教養講座

### 暮らしの中の書

手紙やお祝いののしなど、あらたまって字を書くこともあると思います。  
 その時のために、美しい文字の書き方を練習してみませんか。

日時	6月16日(木) 10:00~12:00
場所	支援センター会議室
講師	赤木 伽礫(あかぎ かしょう) さん <small>(一楽書芸院師範(いちらくしょげいいんしはん))</small>
持参物	習いたい筆記用具(筆ペン・鉛筆 ボールペン・万年筆など)
締切り	6月14日(火)

自分が書きたい文字(住所・名前・のしなど)を家で書いてきて、それを先生に直してもらいます。

書いてくる用紙は、申し込みの時に渡します。



## お楽しみ講座

### デコパージュ

自分の好きな写真やイラストがついたバッグができれば素敵ですね。  
 世界にひとつの自分だけのバッグを作ってみましょう♡

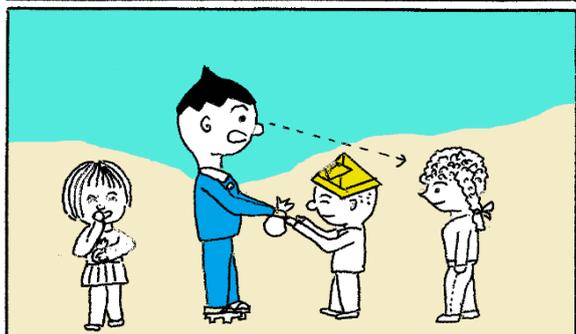
日時	6月21日(火) 13:30~15:30
場所	支援センター会議室
講師	迫田 美智子 さん(デコパージュ認定講師)
材料費	700円(材料費込み)
締切り	6月13日(月)



# フフちゃん

どんだけ〜

シヨクケンケ  
ミンク



## お知らせ

2022年度のいきいき講座は、

**奇数月⇒たのしい体操**

**偶数月⇒ゆったりヨガ**

を行うことにしています。

曜日は、第1土曜日です。

月に一度、運動を楽しみましょう！



## 交流サロンすまいる

5月28日（土）13:30～15:30

場所：支援センター会議室

みんなで楽しく  
おしゃべりしましょう♪



## 5月の講座

- 5/ 7(土) たのしい体操
- 5/14(土) パソコン講座(中級)
- 5/17(火) 寄せ植え
- 5/21(土) パソコン講座(初心者)
- 5/30(月) エンディングノート

### センター職員を募集しています

次の要領で指導員を募集します。希望者は必要書類を添えて申し込んでください。

1. 職種	指導員（常勤）	指導員（非常勤）
2. 募集人数	1人	若干人
3. 業務内容	センター行事企画、経理、事務（来客対応、電話対応）、生活相談など	左記の補助
4. 要件	聴覚障害者の来所に対応でき、かつ、聴覚障害者の職員との対応ができる人	左に同じ
5. 勤務場所	福山市聴覚障害者地域活動支援センター	左に同じ
6. 勤務日	概ね週5日の勤務（土、日勤務有）	応相談
7. 勤務時間	8：45～17：30	応相談
8. 給与	月給160,000円	時給900円
9. 交通費	支給	左に同じ
10. 提出書類	履歴書（簡略なもので可、最終学歴、最終職歴を記入）	左に同じ

※ 書類提出後に面接日を連絡します。

5月	月	火	水	木	金	土	日
							1
午前							休所
午後							
夜間							
	2	3	4	5	6	7	8
午前	休所	休所	休所	休所		楽しい体操 支援センター	字幕 zoom
午後							PC要約 zoom
夜間							
	9	10	11	12	13	14	15
午前	★		休所				休所
午後		手話研修講座A 北部市民センター	難聴手話 すこやかセンター	★		パソコン講座 支援センター	
夜間				手話研修講座B 東部市民センター			
	16	17	18	19	20	21	22
午前		夏の寄せ植え 支援センター	休所				★
午後	手話研修講座A すこやかセンター					★	初心者パソコン 支援センター
夜間	手話研修講座B すこやかセンター						
	23	24	25	26	27	28	29
午前	★		休所				
午後		音声入力 人権交流センター	難聴読話 すこやかセンター	★		★	サロンすまいる 支援センター
夜間							
	30	31					
午前	エンディングノート 支援センター						
午後							
夜間							

★ = 相談員駐在日

6月	月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	5	
午前			休所			ヨガ		
午後			難聴手話					
夜間								
	6	7	8	9	10	11	12	
午前			休所	★				
午後		手話研A				PC		
夜間					手話研B			
	13	14	15	16	17	18	19	
午前	★		休所	書			字幕	
午後		音声入力				★	初PC	PC要約
夜間								休所
	20	21	22	23	24	25	26	
午前			休所				★	
午後	手話研A	デコパージュ	難聴読話	★		★	すまいる	
夜間	手話研B							
	27	28	29	30				
午前	★		休所					
午後								
夜間								



■ろうあ者相談員駐在日

月曜（第2・第4）午前  
木曜（第2・第4）午後  
土曜（第3）午後  
日曜（第4）午前

■難聴者相談員駐在日

土曜（第4）午後

### 福山市聴覚障害者地域活動支援センター

〒720-0067 福山市西町1丁目19-2  
TEL 084-973-8577  
FAX 084-973-8578

e-mail info@fukurou1947.com  
ホームページ http://fukurou1947.com/

開所時間 9:00~17:00  
休所日 水曜・第3日曜日・祝日  
(ただし、土日の祝日は開所)