

総合福祉

センターだより

6 月号

発行

(社福) 多摩市社会福祉協議会
地域福祉推進課

〒206-0032 多摩市南野 3-15-1

総合福祉センター 3 階

☎ 042-356-0307

<http://www.tamashakyo.jp/>

今月号の主な記事

★老人福祉センターからのお知らせ★

- 高齢者個別パソコン相談会・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2 ページ
- 元気チェック・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3 ページ

★地域活動支援センター「あんど」(障がい者福祉センター)からのお知らせ★

- パソコン教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4 ページ
- 水中運動アシスト養成講座・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5 ページ
- グループ活動第 1 回脳トレ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6 ページ
- リハビリ相談・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7 ページ
- 障がい者個別パソコン相談会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8 ページ

★その他のお知らせ★・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8 ページ

老人福祉センター及び地域活動支援センターあんどに関するお問合せや各種講座の申込みは、各ページに記載しています。

なお、受付時間は、日曜日、第 2 土曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く、午前8時30分～午後5時までとなりますので、あらかじめご了承ください。

高齢者個別パソコン相談会 開催のお知らせ

USBメモリーや
CD等を活用したフ
ァイル保存方法っ
て・・・？

画像やクリップ
アートを利用す
る仕方って・・・？

これからパソコン
を始めたいと考
えているのだけ
ど・・・？

パソコンの操作で日頃対処できない様々な問題に関する質問に、寿大学パソコン教室講師（シルバー人材センター会員）がお答えいたします。

下記のとおり開催しますので、ぜひこの機会にお申し込みください。なお、希望日時
の4日前（土・日・祝日除く）までにお申し込みください。

- 日 時 6月3日（月）・5日（水）・17日（月）・19日（水）
- 場 所 総合福祉センター5階 502会議室
- 対 象 市内在住の60歳以上の方
- 定 員 8人（事前予約制。相談時間は一人30分以内）

13時00分～13時30分	2人、	13時30分～14時00分	2人
14時00分～14時30分	2人、	14時30分～15時00分	2人

- 相談員 シルバー人材センター会員

※ 事前予約の受付は一人1日のみ。相談後に空きがあれば次回の予約可。但し、この相談会
はパソコンを操作するための講習会ではありません。

問合せ&申込

〒206-0032 多摩市南野3-15-1
多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 高齢者支援係
総合福祉センター3階 ☎042-356-0307
※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時



元気チェック

老人福祉センターのご利用者を対象に、体調や健康をチェックする「元気チェック」を実施します。事前申し込みは不要です。直接、総合福祉センター6階老人福祉センターのラウンジにお越しください。

● 日時 **6月26日(水)**
10時～11時30分

- 場 所 総合福祉センター6階 ラウンジ
- 対 象 市内在住の60歳以上の方で、老人福祉センターの利用登録者
- 内 容 血圧・握力・酸素飽和度を測定・記録し、体調チェック
- 共 催 多摩センター地域包括支援センター
中部地域包括支援センター
南部地域包括支援センター



- ※ 酸素飽和度の測定では、酸素が全身に運ばれているかをチェックします
- ※ 「元気チェック」は、毎月第4水曜日午前に実施しますが、祝日や都合により中止になる場合もありますので、ご了承ください

☆問合せ先☆

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 高齢者支援係
多摩市南野3-15-1 総合福祉センター3階
TEL042-356-0307
※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

パソコン教室

参加者募集

市内在住の18歳以上の障がい者手帳(視覚障がい者の方は除く)をお持ちの方対象

開催日時... 6/15 22 29 7/6の各土曜日

時間... 午後1時30分～午後3時30分

内容... ワードの使い方

会場... 総合福祉センター 5階 502会議室

講師... パソコンボランティア多摩

費用... 500円(テキスト代)

定員... 4人(応募者多数の場合は抽選)

申込方法... 窓口または電話で5月31日(金)までに申込



問合せ・申込み先

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係電話

電話 042-356-0307 ※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

水中運動 アシスト養成講座

障がいをお持ちの方が安全に水中運動を行うための介助方法を学びます。

日時 6 / 26 ・ 7 / 3 ・ 10 ・ 17 ・ 24 ・ 31
の各水曜日 9時30分～11時30分

会場 総合福祉センター 5階 水浴訓練室

対象者 20歳以上の方で講座終了後、ボランティアとして活動できる方。（心疾患・失禁・感染症の方は除く）

定員 6人（先着順）

持ち物 水着・水泳用帽子・バスタオル

申込方法 窓口または、電話で申込み。※ 所定の申込用紙有

問い合わせ＆申込み

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係
多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階
電話 356-0307

※ 日曜日・第2土曜日・祝祭日を除く8時30分から17時

作業療法士による

グループ活動 第1回 脳 ト シ

脳のトレーニング
でアップ!!

グループ活動で

創造力

記憶力

社会参加

仲間づくり



対象者：下記の条件を全て満たす方
市内在住の方
高次脳機能障害又は、片麻痺の方
18歳から60歳未満の方
全回参加できる方
身のまわりの事が自立している方

日時： 6月13日・27日
7月11日・25日
8月8日・22日
各木曜日 全6回
13時30分～15時30分

場 所：総合福祉センター 4階デイルームやまざくら

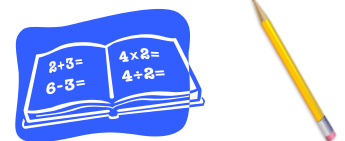
内 容：脳のトレーニング他

定 員：8人

持ち物：障がい者手帳・筆記用具

申込み：電話または直接窓口へ

申込み時に、疾病、障がい部位等についてお知らせください。



☆申込み・問い合わせ先☆

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係

多摩市南野3-15-1 総合福祉センター3階

電話042-356-0307

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く、8時30分～17時

障がい者・介護者のための・・・

作業療法士による リハビリ相談

退院後の在宅
生活の準備
がしたい

介護のコツ
を知りたい

日常生活動作（調
理、洗濯、入浴等に
不安がある

福祉用具の紹
介、使用方法が
知りたい

在宅生活が安心して継続できるよう、
リハビリの専門家 作業療法士がアドバイスをを行います。

対象者：市内在住の障がいをお持ちの方（障がい者手帳所持者）
在宅で障がい者の介護を行っている方

日 時：毎週木曜日 9時～16時

場 所：総合福祉センター5階（日常生活訓練室）又はご自宅

申込み：事前予約制。電話または直接窓口へ
予約時に相談内容をお知らせ下さい。

※障害福祉サービス（訪問リハビリ等）を受けている方は対象になりません

※継続的な日常動作方法の支援はできません



☆申込み・問い合わせ先☆

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係

多摩市南野3-15-1 総合福祉センター3階

電話042-356-0307

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く、8時30分～17時

障がい者個別パソコン相談会 開催のお知らせ

総合福祉センターと多摩ボランティアセンター・市民活動支援センターの2会場で下記の日程でパソコン相談会を開催しています。なお、日程が変更になる場合もあります。

※事前予約が必要です。休館日を除く相談日の前日までに予約をしてください

- 対象 市内在住で18歳以上の障がいをお持ちの方
- 相談員 パソコンボランティア多摩

《総合福祉センター》

- 日程 6月4日(火)・18日(火)
- 時間 ①13時30分～ ②14時30分～ ● 定員 ①②各3人
- 会場 5階 502会議室

《多摩ボランティアセンター・市民活動支援センター》

- 日程 6月11日(火)・25日(火)
- 時間 ①13時30分～ ②14時30分～ ● 定員 ①②各2人
- 会場 ヴィータ・コミュニネ7階(聖蹟桜ヶ丘駅 徒歩5分)

☆申込・問合せ先☆

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係
多摩市南野3-15-1 総合福祉センター3階

Tel 042-356-0307

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く、8時30分～17時

★その他のお知らせ★

カラオケの日 ※同好会所属者除く	高齢者 : 6月 7日(金) 障がい者 : 6月22日(土)	9時～11時50分 9時～11時50分	6階 音楽活動室
囲碁の日	6月17日(月)	13時15分～15時30分	6階 集会室
福祉機器展示コーナー	準備中	問合せ: 地域福祉推進課 356-0307	
ふくしの法律相談	財産管理や相続、福祉サービスの利用に関するトラブルなど、高齢者や障がい者の生活上での法律に関わる事からについて、専門の弁護士が相談を受けます。 6月20日(木) 13時30分～15時30分 ◆毎月第3木曜日(予約が必要です) 問合せ: 権利擁護センター 373-5677		
おしゃべりサロン	6月13日(木) 10時～11時50分 6階高齢者団体共用室 ボランティアと一緒に喋りを楽しみましょう。予約の必要はありません。		
老人福祉センター・地域活動支援センターあんの休館日は、6月の各日曜、第2土曜(8日)です。			