

総合福祉

センターだより

10 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

FAX 042-356-1155

http://www.tamashakyo.jp/

今月号の主な記事

★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★

- 聞こえと補聴器の相談会・・・・・・・・・・・・・・・・・・2ページ
- 聞こえのこと言葉のこと相談・・・・・・・・・・・・・・・・3ページ
- パソコン教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4ページ
- 陶芸教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5ページ
- 水中運動体験教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・6ページ
- 障がい者個別パソコン相談会・・・・・・・・・・・・・・7ページ
- <予告>講演会
「高次脳機能障がい者支援でつながる医療と福祉」・・・・8ページ

★老人福祉センターからのお知らせ★

- 寿大学「パソコン教室」
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・9ページ
- 寿大学短期講座「懐メロで歌って、踊って」
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10ページ
- 高齢者個別パソコン相談会
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11ページ
- 元気チェック
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12ページ



★その他のお知らせ★・・・・・・・・・・・・・・・・・・12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、8時30分～17時までとなりますので、あらかじめご了承ください。

聞こえと補聴器の相談会

聴力測定をしてみませんか？



「テレビの音が大きいと言われる。」「聞き返しや聞き間違いが増えた。」など・・・聞こえにくくてお困りの方、言語聴覚士に相談してみませんか？

★日 時 10月17日（土）
9時30分～15時45分
（上記の時間の内1時間程度）

★定 員 16人 ※事前予約が必要
（先着順・多摩市に住所を有する方）

★会 場 多摩市総合福祉センター内

★申込方法 9月19日（土）より
多摩市総合福祉センター3階
窓口または、電話で申込



共催 NPO 法人多摩市聴覚障がい者情報活動センター

申込・問合せ

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係

〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

聞こえのこと・言葉のこと相談

専門スタッフ（言語聴覚士）に相談してみませんか？
多摩市総合福祉センターでは、毎週水曜日に開催いたします。
※事前予約が必要です。

★日 時・・・

10月 7日、21日 15時00分～16時00分

10月14日、28日 10時00分～11時00分

★会場・・・多摩市総合福祉センター3階

★対象者・・・多摩市に住所を有する18歳以上の方

★予約方法・・・多摩市総合福祉センター3階窓口または、
電話で申込

・・・最近こんなことで困っていませんか？

★ 電話の時や家族との会話の時に・・・

- ・電話の音が聞き取り難い。
- ・テレビの音が大きいと家族に言われる。



★ 食事の時に・・・

- ・なかなか飲み込むこみことが出来ない。
- ・むせることが多くなった。

★ 病気の後に・・・

- ・上手に話せなくなった。
- ・物の名前が出なくなったり、言い違いが多い。



申込・問合せ

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係

〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

※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

来年の年賀状はパソコンで作ってみませんか？初めての方にも、わかりやすく親切に教えます！！

日 時… 11月5日・12・19・26日

木曜日 全4回

13時30分～15時30分



会 場… 多摩市総合福祉センター5階 502会議室

対 象 者… 多摩市に住所を有する18歳以上の障害者手帳
をお持ちの方（視覚障がいの方は除く）

定 員… 4人（応募者多数の場合は抽選）

内 容… 年賀状作成

講 師… パソコンボランティア多摩

費 用… 500円（テキスト代）

申込期間… 9月19日（土）～10月9日（金）

申込方法… 多摩市総合福祉センター3階窓口または、
電話で申込

申込・問合せ

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係

〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

陶芸教室

来年の干支（申）の置物とオリジナルの小皿を作ってみませんか？

日 時・・・11月6・13・20日、12月11日

作品渡し：12月18日

金曜日 全4回 13時00分～15時00分

会 場・・・多摩市総合福祉センター2階 陶芸室

対 象 者・・・多摩市に住所を有する18歳以上の障害者手帳
をお持ちの方

定 員・・・8人(応募者多数の場合は抽選)

内 容・・・来年の干支や新年の器の作成

講 師・・・吉沼 一也 氏

費 用・・・500円

申込期間・・・9月19日(土)～10月9日(金)

申込方法・・・多摩市総合福祉センター3階窓口または、
電話で申込



申込・問合せ

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係

〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

障がい者水中運動

体験教室

水の特性を利用した水中運動やリラクゼーションを体験してみませんか？

浮き具を使うので安心です。からだの緊張が緩み、リラックスできます。



スタッフがサポートします

- 日時 11月4・11・18・25日 水曜日 全4回
10:00～11:30
- 会場 多摩市総合福祉センター5階 水浴訓練室
- 対象者 多摩市に住所を有する身体障害者手帳をお持ちの18歳以上の方
※一人でフールを利用できる方
水中運動に関して医師に許可を得た方

心疾患・感染症・失禁・オムツ使用の方は利用できません。

- 定員 4人（応募者多数の場合は抽選）
- 申込期間 9月19日(土)～10月3日(土)
- 申込方法 多摩市総合福祉センター3階窓口または、電話で申込

申込・問合せ

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係
〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階
☎042-356-0307 FAX042-356-1155

※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—

多摩市総合福祉センターと多摩ボランティア・市民活動支援センターの2会場にて、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ので、休館日を除く相談日の前日までに必ず予約をお願いします。

- 対象 多摩市に住所を有する障害者手帳をお持ちの18歳以上の方
- 相談員 パソコンボランティア多摩
- 予約方法 相談日の前日までに多摩市総合福祉センター3階窓口または、電話で予約

《多摩市総合福祉センター》

- 開催日 10月6日（火）・20日（火）
- 時間 ①13時30分～ ②14時30分～
- 定員 ①②各3人(変更することもあります)
- 会場 多摩市総合福祉センター5階
502会議室

「新しくパソコンを購入したら、今まで出来ていたことができなくなった。」「インターネットを使ってみたい」など・・・の相談に応じます。

《多摩ボランティア・市民活動支援センター》

- 開催日 10月13日（火）・27日（火）
- 時間 ①13時30分～ ②14時30分～
- 定員 ①②各2人(変更することもあります)
- 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

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 障がい者支援係
〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

< 予告 > 第1回講演会

【主催】南多摩高次脳機能障害支援センター
【共催】社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会
地域活動支援センター「あんど」

高次脳機能障がい者支援でつながる

参加費

無料

医療と福祉

多摩市版「高次脳機能障がい者地域ネットワーク」の
仕組みづくりに向けてつながろう!

in 多摩

日時 11月3日(火・祝)
13時30分～16時30分
(開場13:10)

会場 多摩市総合福祉センター
7階研修室



対象者 高次脳機能障がい者を支援する医療・福祉の支援者・
事業者・当事者・家族・地域支援に関心のある方

定員 100人

◆13:30～14:30 講演

「高次脳機能障害理解の基礎知識と地域で支える仕組み作りの課題」

渡邊 修氏 ～東京慈恵医科大学付属第三病院リハビリテーション科教授～

◆14:40～15:25 ディスカッション

「高次脳機能障害の当事者・家族の生活と意見」～支援者に伝えたいこと～

高次脳機能障害友の会 らーふ (コメンテーター: 渡邊 修氏)

◆15:30～16:30 交流茶話会

お問い合わせ 南多摩高次脳機能障害支援センター
Tel: 042-666-5882 Fax: 042-666-5881

寿大学「パソコン教室」参加者募集！

内 容	コース名	開 催 日	受講条件
インターネット・メール	B-3	11/9・12・16・19・26の月・木(全5回)	パソコン操作ができる方
パソコンでデジカメ写真を整理・活用	F-3	11/11・18・21・25・28の水・土(全5回)	※基本的に漢字変換ができる方

日程を変更する場合があります。

- 時 間 10時～12時 ●場 所 多摩市総合福祉センター5階 502会議室
- 対 象 多摩市に住所を有する60歳以上の方(全日程参加可能な方)
- 定 員 各コース10人(応募者多数の場合抽選・初めての方優先・後日はがきで通知)
- 講 師 シルバー人材センター会員
- 申込期間 9月15日(火)～9月30日(水)
- 申込方法 次のいずれかの方法で申込




①多摩市総合福祉センター3階窓口


住所・氏名を記入したはがきを持参し、所定の申込用紙に記入。

②往復はがき 9月30日(水)消印有効

下記の見本の通り必要事項を記入。記入漏れがある場合は無効となります。

は が き 記 入 見 本

 往 信 宛名面	206・0032 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 高齢者支援係 宛	返信裏面 ここには何も記入 しないでください。
---	---	-------------------------------

 返 信 宛名面	郵便番号 ご自分の住所 氏名 をご記入ください	返信裏面 ① 住所 ② 氏名 ③ 生年月日 ④ 年齢 ⑤ 電話番号 ⑥ 希望講座 ⑦ 希望講座の受講歴の有無(受講年度)
---	----------------------------------	---

※1講座につき、申込方法①の場合 はがき1枚、②の場合 往復はがき1枚が必要となります。

※テキストは貸出となります。

※講座は全てWindows 7 / Office 2010 を使用します。

(Windows XP / Office 旧バージョン Windows 8での講習はできません)

★講座受講が決定した方は、講座開始前日までに老人福祉センターの利用登録が必要です。

申込・問合せ

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

寿大学 短期講座 参加者募集!

『懐メロで、歌って、踊って』 <III>

厚生労働省は「総合的な生活機能向上」の中で、地域コミュニティの活性化と健康維持として「運動・口腔・認知」機能の向上・改善や「生活・交流・参加」の活性化をめざしています。これらを支援する生活総合機能改善機器「DK エルダーシステム」を利用したプログラムです。

- 開催日 11/27・12/25・1/22 各金曜日(全3回)
- 時間 10時~12時
- 場所 多摩市総合福祉センター3階 多目的フロア
- 対象 多摩市に住所を有する60歳以上の方(全日程参加可能な方)
- 定員 25人(応募者多数の場合は抽選・初めての方優先・後日はがきで通知)
- 講師 音楽療法士(レトワール・アカデミーより派遣:代表 春日くに子氏)
- 申込期間 9月19日(土)~9月30日(水)
- 申込方法 次のいずれかの方法で申込。

①多摩市総合福祉センター3階窓口

住所・氏名を記入したはがきを持参し、所定の申込用紙を記入。

②往復はがき 9月30日(水)消印有効

下記の見本の通り必要事項を記入。記入漏れがある場合は無効となります。



はがき記入見本

<input type="checkbox"/> 往信 宛名面	206-0032 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 高齢者支援係 宛	返信裏面 ここには何も記入 しないでください。
---------------------------------------	---	-------------------------------

<input type="checkbox"/> 返信 宛名面	郵便番号 ご自分の住所 氏名 をご記入ください	返信裏面 ① 住所 ② 氏名 ③ 生年月日 ④ 年齢 ⑤ 電話番号 ⑥ 希望講座 ⑦ 希望講座の受講歴の有無(受講年度)
---------------------------------------	----------------------------------	---

★講座受講が決定した方は、講座開始前日までに老人福祉センターの利用登録が必要です。

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

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。

次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、参加を希望される方は、**10月1日（木）**までにお申し込みください。

- 開催日 平成27年10月5日（月）
- 場 所 多摩市総合福祉センター5階 502会議室
- 対 象 多摩市に住所を有する60歳以上の方
- 定 員 各時間 2人（事前予約制。相談時間は一人30分以内）
- ①13時00分～ ②13時30分～ ③14時00分～ ④14時30分～
- 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枠のみ。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。

申込・問合せ

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 高齢者支援係

〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター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。事前に申込は不要です。直接、多摩市総合福祉センター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 10月28日(水) 10時～11時30分
※9月は実施致しません。

● 場所 多摩市総合福祉センター6階 ラウンジ

● 対象 老人福祉センター利用登録者

● 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・中部・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、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

多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 高齢者支援係
〒206-0032

多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階

☎042-356-0307

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

★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：10月2日(金)	9時～11時50分	6階 音楽活動室
	障がい者：10月24日(土)	9時～11時50分	
囲碁の日	10月19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	3階 8時30分～17時	問合せ：地域福祉推進課	042-356-0307
図書・情報 コーナー	問合せ：地域福祉推進課 042-356-0307 情報コーナーの本や資料の充実に伴う整理等 をして下さるボランティアを募集しています。 本や福祉に興味のある方、お待ちしております!!		
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。 10月15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 042-373-5677		
おしゃべりサロン	10月8日(木) 10時～11時50分 6階高齢者団体共用室 ◆毎月第2木曜日(ボランティアと一緒にしゃべりをしましょう。) 予約不要		
≪10月の地域活動支援センターあんど・老人福祉センター休館日≫ 第2土曜日(10日)、各日曜日、体育の日(12日)です。			

