

# 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

<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★

- 聞こえのこと、言葉のこと相談会・・・・・・・・・・・・・・・・・・2ページ
- 陶芸教室参加者募集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3ページ
- パソコン教室参加者募集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4ページ
- 親子体操教室参加者募集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5ページ
- 障がい者個別パソコン相談会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・6ページ

### ★老人福祉センターからのお知らせ★

- 囲碁対局会参加者募集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7ページ
- 寿大学パソコン教室参加者募集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・8～9ページ
- 高齢者個別パソコン相談会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10ページ
- 元気チェック・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11ページ

### ★その他のお知らせ★・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11ページ

### ★送迎バス時刻表★・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・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、祝祭日、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。

# 聞こえのこと・言葉のこと 相談会

事前予約が必要です！！

18歳以上の市民の方

## 専門スタッフに相談してみませんか？

総合福祉センターでは、9月より毎週水曜日の午後相談会を開催いたします。 ※ 祝祭日、年末年始は開催いたしません。

## 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・・・

- ・電話の音が聴き取り難い。
- ・家族が大きな声で話しても何を言っているかわからない。



★ 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

〒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 障がい者支援係  
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～17時

# 陶芸教室参加者募集

内 容・・・来年の干支の置物や湯呑の作成

日 時・・・11月8・15・22日

12月6・13日

金曜日 全5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・・・多摩市在住の18歳以上の障がい者手帳をお持ちの方

定 員・・・8名(応募者多数の場合、抽選)

参加費・・・500円

講 師・・・吉沼 一也 氏

申込方法・・・9月20日(金)～10月11日(金)の期間に総合福祉

センター3階窓口または、電話で申込



申込&問合せ

〒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 障がい者支援係

総合福祉センター3階 ☎042-356-0307

※ 日曜日・第2土曜日・祝祭日を除く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をお持ちの方対象（視覚障がい者を除く）

### 開催日時

木曜日コース 11/7 14 21 28

土曜日コース 11/16 30 12/7 21

内 容… 年賀状の作成

時 間… 午後1時30分～午後3時30分

会 場… 総合福祉センター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… 各コース4人（応募者多数の場合は抽選）

申込方法… 総合福祉センター3階窓口または電話で申込

締 切… 木曜日コースは、10/18（金） 土曜日コースは、10/31（木）



### 申込＆問合せ

〒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 障がい者支援係

総合福祉センター3階 ☎ 042-356-0307

※ 日曜日・第2土曜日・祝祭日を除く8時30分～17時

# 親子体操教室

## 参加者募集

親子でボールなどを使い、リズムに合わせて楽しく体操をしませんか？

- ★日時 11/2・16 12/7・21 1/18 2/1・15 3/1・15・22  
全て土曜日 10時00分～11時30分
- ★会場 総合福祉センター 3階 多目的フロア
- ★対象者 障がい者手帳をお持ちの方、または、心身の発達が気になる市内在住の3歳～小学校3年生のお子さんとその保護者 15組（応募者多数の場合抽選）
- ★申込方法 10月11日（金）までに窓口または、電話で申込
- ★持ち物 上履き、動きやすい服装、水分補給の飲み物
- ★講師 小屋 恵子先生 & 青木 美樹先生

申込 & 問合せ

〒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 障がい者支援係

総合福祉センター3階

☎ 42-356-0307

※日曜日・第2土曜日・祝祭日を除く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・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。

※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 10月1日（火）・15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 10月8日（火）・22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

〒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 障がい者支援係

総合福祉センター3階

☎042-356-0307

※ 日曜日・第2土曜日・祝祭日を除く8時30分～17時



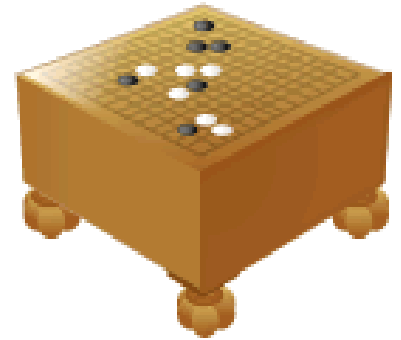
# 囲碁対局会

●日時 平成25年10月21日(月)  
13時~16時

●場所 総合福祉センター6階集会室  
※通常の「囲碁の日」も開催します

●参加費 無料

●対象 市内在住の60歳以上の方



企画1 曲先生との対局  
対局希望の方を募集します!

●人数 8人 (応募者多数の場合は抽選。後日ハガキで結果をお知らせします。  
当選後キャンセルされる場合は必ずご連絡ください)

●対象 初段以上の方

●応募期間 9月17日(火)から9月30日(月)

●申込 電話もしくは直接総合福祉センター3階事務室へ

企画2 次の一手当てゲーム  
対局に参加されない方も楽しめます!

## 申込&問合せ

〒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階事務室 ☎042-356-0307

※日曜日・第2土曜日・祝祭日を除く8時30分~17時

# 寿大学「第3期パソコン教室」 参加者募集！

## ～あなたのパソコンスキルに合わせた講座があります～

「インターネットをやってみたい」「デジカメで写真を撮ったけど、どうやってパソコンで編集するの？」と、あなたのご希望にお応えする講座がそろっています。日程は各コースによって異なります。日程表でご確認いただき、ぜひこの機会にご参加ください。お待ちしております。

- (1) 日程等 次頁
- (2) 会場 総合福祉センター5階 502会議室
- (3) 対象 市内在住の60歳以上の方
- (4) 定員 各コース10人
- (5) 講師 シルバー人材センター会員
- (6) 申込み 9月17日(火)～30日(月)までに①及び②のいずれかの方法で申し込み



- ① 窓口  
住所・氏名を記入した官製はがきを持参し、総合福祉センター3階事務室の窓口にて所定の申込用紙を記入。
- ② 往復はがき（9月30日必着）  
往信面→㊚住所㊠氏名(ふりがな)㊡生年月日㊢年齢㊣電話番号  
㊤希望コース㊦受講歴の有無（受講年度）  
返信面→住所・氏名を記入し、下記の宛先へ郵送。

※1講座につき、1枚の官製はがき・往復はがきが必要となります

※必要事項が記入されていない場合は受付できません

※応募者多数の場合は抽選になります。後日はがきで通知します

※寿大学など他の講座と日時が重複する講座の申し込みはできません

（全日程で参加できることが申し込みの条件になります）



寿大学パソコン教室 3期 講座一覧

講座名	コース	受講条件	日程
インターネット・メール	B-3	文字入力のできる方	12/11・18・21・25・28(水・土)
ワード経験者レベルアップ	D-3	ワード経験者	12/3・6・10・13・17・20・24・27(火・金)
パソコンでデジカメ写真を整理・活用 ※写真撮影の講座ではありません	F-3	文字入力のできる方	12/9・12・16・19・26(月・木)
ワードで作る年賀状	G-1	文字入力のできる方	11/6・13・16・20(水・土)
	G-2		11/11・14・18・21(月・木)
	G-3		11/19・22・26・29(火・金)
	G-4		11/25・28、12/2・5(月・木)
	G-5		11/27・30、12/4・7(水・土)

※教室の時間は10時～12時

※講座は全て Windows 7/Office 2010を使用

(Windows XP/Office旧バージョンでの講習はできません)

※Gコースを複数申し込むことはできません

申込&問合せ

〒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

☎042(356)0307

※日曜日・第2土曜日・祝祭日を除く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 **10月23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確認します
- ※ 「元気チェック」は、毎月第4水曜日午前を実施しますが、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

〒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・祝祭日を除く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

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 10月2日（水）・7日（月）・16日（水）・21（月）
- 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

申込&問合せ

〒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・祝祭日を除く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4日(金) 障がい者：10月26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	10月21日(月) 対局会	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	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。 10月17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	10月10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。		
地域活動支援センターあんど・老人福祉センターの10月の休館日は、各日曜日、第2土曜日(12日)、体育の日(14日)			