

# 総合福祉

# センターだより

1 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
- 高次脳機能障害相談窓口ができました・・・・・・・・・・3ページ
- 平成29年度前期水中機能訓練のお知らせ・・・・・・・・4ページ
- 聞こえのこと・言葉のこと相談・・・・・・・・・・・・・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★

- 寿大学パソコン講座・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7ページ
- 映画の日・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・8ページ
- 高齢者個別パソコン相談会・・・・・・・・・・・・・9ページ

### ★その他のお知らせ★

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・9ページ

### ★ボランティアポイント★

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10ページ



## ～豆まめ知識～

### 初夢

初夢は、昔は立春を正月としていたため、「節分の夜から立春の朝までに見る夢」を初夢と呼びました。やがて、暦が変わると「大晦日の夜に見る夢」ということになり、その後大晦日は神様を迎えるために眠らない習慣が定着すると「元旦の夜に見る夢」ということになりました。さらに1月2日が物事をはじめる日であるという考えから、「2日の夜に見る夢」も一般的になっていきました。

初夢には、その年の運勢が表れるとされたことから、夢の内容で新年の運勢を占いました。夢を見るために宝船や猿の絵を枕の下に敷いたり、回文を唱えたりします。「一富士、二鷹、三茄子」が吉夢として有名です。

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？

予約制のため  
じっくり  
お話うかがいます！

- ★開催日 平成29年1月28日（土）
- ★時間 9時30分～15時45分  
（上記の時間の内1時間程度）
- ★会場 多摩市総合福祉センター 3階相談室
- ★内容 聴力測定（20分）と相談（40分）  
簡単な補聴器の調整
- ★対象者 多摩市に住所を有する聞こえにくい方と  
その家族
- ★定員 16人（先着順）
- ★申込方法 12月24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 FAX 042-356-1155

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

地域で安心して暮らしていくために

# 《高次脳機能障害》

## 相談窓口ができました！

高次脳機能障害をみんなに知ってもらい、助け合う社会を目指して活躍するキャラクターねこです。

©柴本礼



この障害でお困りの方、ご家族、関係者の方々を支援する相談窓口ができました。日常生活の不安、治療、福祉サービス、就労など、日々の困りごとなどを当事者の皆さんとともに考えます。お気軽にご相談ください。

多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど  
(多摩市総合福祉センター3階)

【受付時間】 日曜日・第2土曜日・祝日・年末年始を除く  
8時30分～17時

【専用電話】 042-356-0348

### 高次脳機能障害とは？

病気や事故など、様々な原因によって脳に損傷をきたしたために生じる、言語能力や記憶能力、思考能力などの認知機能や精神機能の障害を指します

### ☆ 書籍の貸し出しはじめました！（3階 図書コーナー）

（多摩市在住・在勤・在学の方 お一人2冊まで・2週間以内）  
（はじめて借りる方は、登録が必要です。身分証明書が必要）

#### お勧めの本

「高次脳機能障害と家族のケア」 渡邊 修 著（講談社+α新書）  
東京慈恵会医科大学附属第三病院で多くの高次脳機能障害の治療を経験した医師の著作。脳の機能や障害の症状、リハビリの具体的なポイントをわかりやすく解説しており、家庭や地域でできる支援に役立ちます。



「日々コウジ中（私の夫は高次脳機能障害です）」 柴本 礼 著（主婦の友社）  
10月に多摩市で講演をされたイラストレーター柴本礼さんのコミックです。  
家族が突然障害を負った日々の生活の奮闘ぶりをマンガでコミカルに描いています。

#### 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

☎ 042-356-0348（相談専用）FAX 042-356-1155

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

平成29年度 前期

# 水中機能訓練のお知らせ

## 温水プールでリハビリませんか？

水中機能訓練とは・・・

温水プールで水の特性を利用したリハビリ運動を行います。  
身体機能の改善や筋力、体力、日常生活動作の維持・向上につながります。

★このような  
疾患・症状の方  
にお勧めします



訓練イメージ

その①  
変形性膝・  
股関節疾患など

その②  
脳梗塞・脳出血後の  
片マヒなど

その③  
パーキンソン病・  
リウマチなど

訓練期間：平成29年4月～平成29年9月

実施日：火曜日①10時～12時 ②13時～15時

木曜日①10時～12時 ②13時～15時

いずれか1枠（各枠22回）

場所：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おおむね18歳以上の

身体障害者手帳をお持ちの方

※心疾患・失禁・感染症のある方はご利用できません

※手帳の障害の種類により、ご利用できない場合もあります

費用：無料（自宅付近まで送迎バスあり）

申込期間：平成29年2月24日（金）までに申請書類などを提出。

申込方法：多摩市総合福祉センター3階窓口または、電話でお問合せください。

※事前に面談と申請手続きの説明をいたします

※申請書と担当医師の意見書（所定書類）を提出後、  
判定会議にて決定します

いつでも見学  
できます！  
お気軽にお問  
合せ下さい！



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 FAX 042-356-1155

※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？  
毎週水曜日の午後に実施しています。※事前予約が必要です。

- ★開催日・・・1月4日、11日、18日、25日
- ★時間・・・15時00分～16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、言い間違いが多い。



\*失語症の方を対象としたおしゃべりのグループを実施しています。お問い合わせ下さい。

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 FAX 042-356-1155

※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、前週の金曜日（休館日の場合は前日）までに必ず予約をお願いします。

- 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
- 相談員 パソコンボランティア多摩
- 予約方法 相談日の前週の金曜日（休館日の場合は前日）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 1月17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7階  
704研修室

「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 1月10日（火）・24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 FAX 042-356-1155

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

# 寿大学「パソコン教室」参加者募集！

講座名	コース名	日程	受講条件
インターネット・メール	B-4	2/7・10・14・17・21（火・金）	文字入力のできる方 （漢字変換のできる方）
パソコンでデジカメ写真を整理・活用	F-4	2/9・13・16・20・23（月・木）	

日程を変更することがあります。

- 時 間 10時～12時
- 場 所 多摩市総合福祉センター7階 704研修室
- 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
- 受講料 各コース1,000円（初回に集金・受講後キャンセルされた場合の返金不可）
- 申込〆切 12月28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 12月28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

<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">   <small>往信</small>  <small>宛名面</small> </div> <div style="text-align: center;"> <p>206・0032</p> <p>多摩市南野3-15-1 多摩市総合福祉センター3階</p> <p>多摩市社会福祉協議会 高齢者支援係 宛</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>返信裏面</p> <p>ここには何も記入 しないでください。</p> </div> </div> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">   <small>返信宛名面</small> </div> <div style="text-align: center;"> <p>郵便番号</p> <p>ご自分の住所 氏名 をご記入ください</p> </div> <div style="text-align: right;"> <p>返信裏面</p> <p>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）</p> </div> </div> </div>
---	--

※講座ではOS：Windows10/Microsoftoffice2016を使用します

★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

## 映画の日のお知らせ

※1月はお休みの関係で第2・4火曜日になります。



### ①1月10日(火)「太陽の季節」 (1956年版 出演:長門裕之&南田洋子 モノクロ89分)



#### 《作品紹介》

～あらすじ～ ハイ・スクールの学生津川竜哉(長門裕之)は、拳闘に興味を持つタフな若者だった。ある日、彼は遊び仲間と銀座に出た。とある帽子屋から出て来た武田英子(南田洋子)ら三人に目をつけ、遊び廻る途中も、竜哉は英子を独占した。やがて試合の日、竜哉はTKO勝ちしたが傷を負った。待ちかまえていた英子は自分の車で彼を病院に送り届け、ついに二人きりの夜を過した。…

### ②1月24日(火)「霧笛が俺を呼んでいる」 (1960年版 出演:赤木圭一郎&芦川いづみ カラー80分)

#### 《作品紹介》

～あらすじ～ 航海士の杉(赤木圭一郎)は船員たちと酒場“35ノット”に行った。船員が女給のサリーにからんだことから、乱闘になった。杉もパトロールに連行された。翌日、杉は友人の浜崎に会いに出かけた。しかし、浜崎は二週間前に突堤で溺死体になって発見されたのだという。当局は自殺と断定していた。が、浜崎の妹ゆき子は殺されたのだと思うと言った。…

- 時間 13時30分～(開場 13時15分)
- 会場 多摩市総合福祉センター5階 視聴覚室
- 対象者 多摩市に住所を有する60歳以上の方  
※老人福祉センターの利用登録が必要
- 定員 30人程度(先着順)
- 費用 300円/回
- 申込方法 当日会場へお越しください。



#### 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



# 高齢者個別パソコン相談会 開催のお知らせ

パソコン操作の日頃対処できない様々な困りごとに、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、**1月12日（木）**までにお申し込みください。

- 開催日 平成29年1月16日（月）
- 場 所 多摩市総合福祉センター7階 704研修室
- 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

## ★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：1月6日(金) 障がい者：1月28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	1月16日(月)	13時00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	
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。 1月19日（木）13時30分～15時30分 ◆毎月第3木曜日 ※要予約 問合せ：権利擁護センター 042-373-5677		
おしゃべりサロン	1月12日（木）10時～11時50分 ◆毎月第2木曜日 ※予約不要（ボランティアと一緒にしゃべりましょう。）		
ボランティア相談	1月16日（月）13時30分～15時 ボランティア活動の紹介等を行なっています。 問合せ：多摩ボランティアセンター・市民活動支援センター 042-373-6611		
≪1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（14日）、各日曜日、成人の日（9日）、年末年始（12月29日～1月3日）。			

