

総合福祉 センターだより

2 月号

発行

（社福）多摩市社会福祉協議会
法人管理課

〒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
- 『親なきあと個別相談』始めました・・・・・・・・・・3ページ
- 平成30年度前期水中機能訓練・・・・・・・・・・4ページ
- 高次脳機能障害を知っていますか・・・・・・・・・・5ページ
- 言葉のこと相談・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★

- 第28回春の発表会・・・・・・・・・・・・・・・・・・7ページ
- 映画の日・バリアフリー上映会・・・・・・・・・・8ページ
- 高齢者個別パソコン相談会・元気チェック・・・・・・・・9ページ
- 講演講座「体幹筋力トレーニングを学ぼう」・・・・・・・・10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

～豆まめ知識～

針供養（はりくよう）

針供養は、2月8日・12月8日に行われます（地域や寺社によって、日にちが異なる場合があります）。錆びたり曲がったりして使えなくなった針を供養する行事で、針を豆腐、蒟蒻(こんにゃく)、餅などのように柔らかいものに刺し、この日には針を使うことはせずに、裁縫の上達を祈ります。現在も、各地の寺社で行われていますが、関東で有名なのが2月8日に行われる浅草「浅草寺」、関西で有名なのが2月8日と12月8日に行われる京都嵐山「法輪寺」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」に関するお問合せは12ページ、各種講座の申込方法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。

募集中！

聞こえと補聴器の相談会

予約制でじっくりお話をうかがいます！



「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？

聴力測定を
してみませんか？

- ★開催日 1月27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耳の聞こえにくい方とその家族等
- ★定員 16人（予約先着順）
- ★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

共催 NPO 法人多摩市聴覚障がい者情報活動センター

障がいのある方のご家族へ 『親なきあと個別相談』始めました

障がいのある子に役立つ情報を得て、「親がいるあいだ」に「親なきあと」のことを考えてみませんか。法律の専門家である行政書士が相談を受けます。

開催日 2月7日（水）

時間 ①13時00分～②14時00分～
各枠45分

場所 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障がいのある方とその家族

定員 ①及び② 各枠1家族（予約先着順）

相談員 渡部 伸氏



相談員プロフィール：

渡部行政書士事務所代表（行政書士）

「障害のある子の家族が知っておきたい『親なきあと』」の著者。

障がいのある子をもつ親御さんの共通の悩みである「親なきあと」のことを一緒に考え、早くからの対策を提案しています。

予約方法 1月20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

平成30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？

★このような
疾患・症状の方に
お勧めします

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

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、日常生活動作、筋力、体力の維持・向上につながります。

身近なお知り合い、お友達に、ぜひ、ご紹介ください！



訓練イメージ

リラクゼーションが、
気持ち良かった。
体調が良くなり、体力も
ついた。（利用者からの声）

訓練期間：平成30年4月～平成30年9月（全21回）

実施日：火・木曜日の午前10時～12時または午後1時～3時
いずれか1枠

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：3月2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356-0307へお問合せください。
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
せください！



高次脳機能障害を知っていますか

*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。外見ではわかりにくく、周囲の理解も得にくい障害ですが、回復の状況はひとりひとり違い何年もかけて穏やかに変化していきます。

*相談窓口があります

日常生活の不安や困りごとなど、当事者の皆様と一緒に考えます。平日だけでなく、毎月第1土曜日にも、相談窓口を開いています。

H29年 12/1 支援者むけ勉強会を実施しました。

「高次脳機能障害への理解と対応」

多摩丘陵病院から作業療法士の松岡耕史氏を講師としてお迎えして、基礎知識と在宅生活での工夫などを学びました。この障害にかかわる医療、障害福祉、高齢福祉分野から様々な職種（作業療法士、言語聴覚士、ケアマネージャー、ヘルパー、生活支援員など）の方々が参加され、多分野の交流ができました。

～支援のポイント～



- できたことをほめる、認める
- 周囲には「理解」「待つ」、本人には「主体性」
- 回復には家庭での役割と地域（社会参加）が必要

～参加者の声～

- 症状の特性ごとの支援方法がわかりやすかった。
- 知識の整理に役立った。
- 社会復帰にむけた話も取りあげてほしい。
- 働いている人や雇用している企業の体験談を聞きたい。



いろいろな人が知識を深めることで少しずつ理解が広がっていくんだニャ。
勉強会はこれからも開催するので、知りたいことや勉強したいテーマがあったら、右下の専用窓口まで電話してニャ。

問合せ 地域活動支援センターあんど
☎042-356-0348 <相談専用>

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・・・2月7日、14日、21日、28日
- ★時間・・・15時00分～16時00分
- ★場所・・・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・FAXで申込

最近こんなことで困っていませんか？

★ 食事の時に・・・

- ・飲み込みづらい。
- ・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。

★ お子さんの・・・

- ・発音が気になる。
 - ・話す時に、つかえたりどもることがある。
- （就学前のお子さん対象）

*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。お問い合わせください。

障がい者個別パソコン相談会

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。

- 対象者 多摩市に住所を有する18歳以上の障がいのある方
- 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・FAXで申込



《多摩市総合福祉センター》

開催日 2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7階
704研修室（唐木田駅 徒歩8分）

《多摩ボランティア・市民活動支援センター》

開催日 2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2分）



第28回 春の発表会



開催日 2月21日（水）～24日（土）

同好会の日頃の成果を披露します。ぜひ、足をお運びください。



オープニングイベント（予定）

「和太鼓衆 雅武者」による和太鼓演奏

日時：2月21日（水）9時20分～35分

会場：3階多目的フロア



発表の部	日時	場所	内容
発表の部	2月21日（水） 9時～16時頃	3階 多目的フロア	カラオケ同好会の発表
	2月22日（木） 2月23日（金） 10時～15時頃		コーラス・民謡・パソコン作品・百人一首・ダンス・キーボード・オカリナ・舞踊・体操・英語劇・太極拳・大正琴・フラダンス・三味線の発表
展示の部	2月21日（水） ～24日（土） 10時～16時 （※24日は15時まで）	6階集会室 7階研修室	俳句・書道・編物・油絵・陶芸・染物・籐工芸・折り紙の展示等
即売の部	2月21日（水） 10時30分～15時	6階寿の間	お茶会 ★1月15日（月）より3階窓口で前売り券（300円）を販売します。売り切れ次第終了
	2月21日（水） ～24日（土） 10時～16時 （※24日は15時まで）	3階通路	陶芸品の販売 

開催中は、駐車場の混雑が予想されます。送迎バスや公共の交通機関をご利用ください。

※ふくしだより1月号の日程の記載について誤りがございました。お詫び申し上げます。詳細については、11ページの「その他のお知らせ」をご覧ください。



映画の日



2月6日（火）「月曜日のユカ」
（1964年版 出演：加賀まりこ&中尾 彬
モノクロ94分）

- 時 間 13時15分上映開始
- 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
- 費 用 100円/回
- 申込方法 当日会場へお越しください。



平成29年度福祉大会

《日本語字幕付き》バリアフリー映画上映会



聴覚に障がいのある方も一緒にお楽しみいただけます。
費用は無料、申込みは不要です。直接会場へお越しください！

上映作品：「いつでも夢を」

（1962年版 出演：吉永小百合&橋 幸夫 カラー89分）

- ☆日 時 2月24日（土）
10時～11時30分（開場 9時30分）
- ☆会 場 多摩市総合福祉センター3階 多目的フロア
- ☆定 員 80人程度
- ☆費 用 無料

6階と7階で「春の発表会（展示）」も行っています。ぜひ、お立ち寄りください！

※部屋は磁気ループ対応です。磁気ループ補聴器の貸出しも行っています。
貸出しを希望される方は3階事務室にお申し出ください。

◎「磁気ループ」システムとは、
難聴者が音響機器からの音声を聞き取りやすくするための装置で、
磁気ループを介して補聴器に音源をとばします。



高齢者個別パソコン相談会

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、**2月1日（木）**までにお申し込みください。

- 開催日 平成30年2月5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1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追加可。

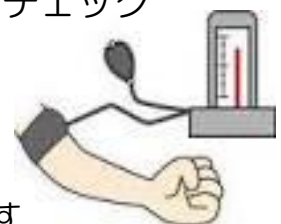
ただし、この相談会はパソコンを操作するための講習会ではありません。

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階のラウンジにお越しください。

次回は、3月28日（水）10時00分～11時30分
※2月はありません。

- 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、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

体幹筋力トレーニング を学ぼう!



●日時 **3月15日(木) 14:00~16:00**

●会場 **総合福祉センター3階多目的フロア**

●内容 **「体幹筋力トレーニング」**
体幹の筋力を鍛えて安定させることで姿勢を改善し、
腰痛予防・ふらつき・転びにくい身体づくりに役立っています。

講師 **青木美樹氏 (アオキファミリー代表)**

持ち物 **飲み物、汗拭きタオル、上履き、動きやすい服装で!**

対象 **多摩市に住所を有する60歳以上の男性**

定員 **30人**

申込期間 **2月22日(木)より先着順**
多摩市総合福祉センター3階窓口または、電話で申込

※定員になり次第締め切りです。

※申込後キャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

♡ その他のお知らせ ♡

カラオケの日 ※同好会所属者は除く	高齢者：2月2日(金)	9時～11時50分	【6階】音楽活動室
	障がい者：2月24日(土)	9時～11時50分	
囲碁の日	2月26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	8時30分～17時 【3階】 問合せ：センター係 042-356-0307		
おしゃべりサロン	ボランティアと一緒にあなたの心の悩みを軽くしませんか！ 2月8日(木) 10時～11時50分 【6階 団体共用室】 ◆毎月第2木曜日 ※予約不要		
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。 2月15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		
ボランティア相談	ボランティア活動の紹介等を行なっています。 ボランティアポイントの説明・登録受付も行っています。 2月5日・19日(月) 10時～12時/13時～15時 【3階福祉機器展示コーナー前】 ◆毎月第1・3月曜日 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		
リハビリ相談	在宅生活を安心して過ごせるようにリハビリの専門家 作業療法士がアドバイスします。 ◆毎週木曜日 ※要予約 問合せ：センター係 042-356-0307		
≪2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、振替休日(12日)			

【多摩市社会福祉協議会よりお知らせ】

ふくしだより1月号(平成30年1月15日発行)の記事に誤りがございましたので、ここに訂正しお詫び申し上げます。

[2面]第28回春の発表会 開催のお知らせについて

9行目 誤) ★和太鼓衆『雅武者』演奏 2月22日(木)

⇒正) ★和太鼓衆『雅武者』演奏 2月21日(水)

10・11行目 誤)【展示の部】6階集会室・7階研修室
2月22日(木)～24日(土)

⇒正)【展示の部】6階集会室・7階研修室
2月21日(水)～24日(土)

修正したふくしだよりは多摩市社会福祉協議会ホームページよりご覧いただけます。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしまして申し訳ありません。

※送迎バスの時刻表は、多摩市社会福祉協議会ホームページ内の「事業案内」から入って、「老人福祉センター」のページにある「多摩市総合福祉センター送迎バス運行時刻表」のPDFをご覧ください。

<問合せ> 社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会
法人管理課 センター係

〒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

