

総合福祉 **10**月号 センターだより

今月号の記事

発行

☆（社福）多摩市社会福祉協議会

☎ 042-356-0307

FAX 042-356-1155

☆多摩市立温水プール・

多摩市総合福祉センター指定管理者

「二幸産業・NSPグループ」

☎ 042-356-0303

FAX 042-356-1155

★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
- 視覚障がい者パソコン教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・3ページ
- マーブルのお知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・4ページ
- 高次脳機能障害者支援促進事業 個別相談会・・・・・・・・5ページ
- 高次脳機能障害者支援促進事業 グループ活動・・・・・・・・6ページ
- 親なきあと個別相談・・・・・・・・・・・・・・・・・・7ページ
- 言葉のこと相談・障がい者個別パソコン相談会・・・・・・8ページ
- 多摩市地域家族会「ぼんぽこの会」家族懇談会のお知らせ・・・・9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」参加者募集・・・・・・・・・・・・10ページ

★その他のお知らせ★・・・・・・・・・・・・・・・・・・11ページ

★みんなで広げよう、シトラスリボンプロジェクト★・・・・・・・・12ページ

新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、事業中止や内容変更が生じる場合がございます。あらかじめご了承ください。

～ 豆まめ知識 ～

カレーライス

カレー粉とその料理法は、明治初期イギリスから日本に伝わってきました。明治後期頃までカレーは、西洋料理店の1メニューにすぎませんでしたが、明治末期より、食堂のメニューに出るようになり大衆化されました。大正末期には粉タイプの即席カレーが、昭和30年代以降にはカレールウが開発されました。その後、学校給食にもカレーが採用されるようになると、一般家庭に広く浸透していきました。



地域活動支援センター「あんど」及び老人福祉センターに関するお問合せ先は11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。受付時間は日曜日、第2土曜日、祝日、年末年始を除く8時30分～17時までです。

なお、配架は配送の都合上、発行日以降となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

聞こえと補聴器の相談会

☆事前申込制☆

聞こえにくいこと 困っていませんか



「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 11月27日（土）10時30分～15時30分
（上記のうち1時間程度）
- ★場 所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ7階
- ★対 象 多摩市に住所を有する耳の聞こえにくい方とそのご家族など
*なるべくご家族と一緒にお願いします。
- ★定 員 8人（申込先着順）
- ★内 容 聴力測定（20分）と相談（40分）
*聴力測定は防音室での測定ではありませんので、あらかじめご了承ください。
- ★申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ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 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

視覚障がい者パソコン教室

はじめての パソコン

ワードに
チャレンジ!



視覚障がい者専用の音声機能のあるソフトを使って、パソコンをはじめてみませんか？初心者の方にも、講師がわかりやすく教えます！

日時 11月4日・11日・18日・25日

全て木曜日13時30分～15時30分（全4回）

場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ7階704研修室

対象 多摩市に住所を有する18歳以上で視覚障がいの
ある方

定員 4人（応募者多数の場合は抽選）

費用 500円（テキスト代）

内容 ワードの使い方

講師 パソコンボランティア多摩

申込締切 10月6日（水）

申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口または、
電話・FAXで申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

マールのお知らせ

マールとは、何か始めるきっかけをつかみたい、仲間と悩みを分かち合いたいといった思いを持つ、多摩市に住所を有する統合失調症を主診断とする方たちが集まるグループです。活動を通して社会参加のきっかけとなるよう、毎月第4木曜日にプログラムを提供しています。

なお、新型コロナウイルス感染症の影響により変更が生じる場合があります。あらかじめご了承ください。



*図はイメージです

10月の予定
開催日：10月28日（木）
「手作り写真立て」



時 間 13時30分～15時30分
場 所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階やまざくら
費 用 100円（材料代）
申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口または、
電話・FAXで申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど
☎042-356-0307 FAX042-356-1155

高次脳機能障害者支援促進事業

高次脳機能障がいのある方の
パートナー（配偶者）の方へ

個別相談会



日常生活の困りごとや知りたい福祉制度、育児のこと・お金のこと・仲間づくり…働き盛りの世代の家庭が抱える不安や悩みは様々です。この機会に、福祉の専門職と一緒に考えてみませんか？
まずは気軽にお電話ください。

- 日時 10月2日・11月6日 各土曜日
①14時 ②15時（各1時間程度）
- 場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階やまざくら
- 対象 多摩市に住所を有する65歳未満の高次脳機能障がいのある方のパートナー（配偶者）
- 定員 ①及び② 各枠1家族（申込先着順）
- 申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口または、相談専用電話へ申込

高次脳機能障害とは、脳血管疾患や交通事故などで脳に損傷をうけ、思考記憶力・判断力の低下・言語障害などの症状により日常生活に支障が生じるものです。外見からわかりにくく、自覚することが難しいため、家族も戸惑い生活上のトラブルも少なくありません。この障がいのある方とご家族が地域で安心した生活をするための相談窓口を開設しています。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
☎ 042-356-0348（相談専用）

高次脳機能障害者支援促進事業

お仲間募集
しています

9月よりスタートしました！



女性のためのグループ活動



「たくさんの方は苦手。」「つい家にこもりがち・・・。」

そんなあなたへ、女性同士の楽しいおしゃべりでリフレッシュしませんか？体操・創作・ゲームなど、交流プログラムを通して、こころとからだのリハビリを応援します。

日 時 10月14日、11月11日、12月9日、1月13日、
2月10日、3月10日
毎月第2木曜日13：30～15：30

場 所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階

対 象 多摩市に住所を有する18歳以上65歳未満の高次脳機能障がいのある女性
＊障害者手帳をお持ちでない方も参加できます。

定 員 5人

申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口または、電話・FAXで申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど
☎042-356-0307 FAX042-356-1155

毎月開催！

障がいのある方のご家族へ 『親なきあと個別相談』

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。ご兄弟の方もぜひご相談ください。

親なきあとの
お金のやりくりは
どうしたらいい？

先々のことで
やっておくべき
ことは？

使える制度や
福祉サービスは？



相談員 渡部 伸氏

プロフィール：渡部行政書士社労士事務所代表（行政書士/社会保険労務士）
「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ご家族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されています。

日時 10月20日・11月17日・12月15日 各水曜日

①13時～13時45分 ②14時～14時45分

場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階

対象 多摩市に住所を有する障がいのある方とそのご家族

定員 ①及び② 各枠1家族（申込先着順）

申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ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 地域活動支援センターあんど
☎042-356-0307 FAX042-356-1155

言葉のこと相談

＊ **水曜日** 午後開催（事前申込制） ＊
日頃、困っていることを言語聴覚士に相談してみませんか？

★ 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）

- ・日 時 10月13日・20日・27日 各水曜日15時～16時
- ・場 所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ内
- ・対 象 多摩市に住所を有する、言葉や飲み込みにお困りの方
- ・定 員 各日1人
- ・申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口または、電話・FAXで申込

＊失語症の方を対象におしゃべりを中心としたグループ活動も実施しています。
関心のある方は、お問合せください。



障がい者個別パソコン相談会

二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ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、パソコン相談会を開催しています。事前申込制です。

- 対 象 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
- 申込方法 相談日の前週の金曜日（休館日の場合は前日）までに二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階窓口または、電話・FAXで申込



二幸産業・NSP健幸福祉プラザ

総合福祉センター704研修室

（唐木田駅 徒歩8分）

日 時 10月5日・19日 各火曜日

①13時30分 ②14時30分

定 員 ①②各3人

多摩ボランティア・市民活動支援センター

ヴィータ・コミュニエ7階

（聖蹟桜ヶ丘駅 徒歩2分）

日 時 10月12日・26日 各火曜日

①13時30分 ②14時30分

定 員 ①②各2人

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

ひきこもりなど“生きづらさ”を抱えている方とご家族へ

多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」

～家族懇談会のお知らせ～

活動日

基本 毎月第4土曜日
事前申込不要
直接会場へ



Welcome!

お試し参加・ご見学
大歓迎！
一度、参加してみませんか？
お気軽にお越しください

「学校に行きたがらない」「家にこもりがち」「社会参加・就労しづらい状態にある」
家族として本人への声かけ・向き合い方がわからないなど、
困りごとや悩みはありませんか？

同じ境遇にあるご家族が出会い、想いを自由に語り合い、交流が出来る“居場所”です。
ひきこもりなど、生きづらさを抱えているわが子の回復に向けて、まずは気軽に集まり、
交流することから一緒にはじめてみませんか。スタッフ一同お待ちしております！

参加者の声

- ・ここでは何を話しても否定されません。安心して話せるし、話すことで人とつながり、道が開けました。（10代男性 母）
- ・同じ境遇にある当事者ならではの話なので、大変参考になっている。（20代女性 母）
- ・話をじっくりと聞いてもらえ、今ではここが自分の“居場所”となっています。（30代男性 母）
- ・具体的なアドバイスがわかりやすく、大変助かった。（40代男性 父）

本活動は平成31年2月より始めました。現在は10代～50代までの不登校・ひきこもりなど、生きづらさを抱えている方のご家族や支援者が集まって交流をしています。守秘義務を徹底していますので、安心してご参加ください。

*新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、事業中止や内容変更が生じる場合がございます。あらかじめご了承ください。

日時・場所：基本 毎月第4土曜日 *詳細は下記までお問合せください。

対象者：ひきこもり・不登校など生きづらさのある方とご家族、関心のある方など
(近隣地域からの参加も大歓迎)

参加費：500円/人（運営協力費として） 当事者・経験者は無料

問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

寿大学「パソコン講座」参加者募集！

講座名	コース	日程等	受講料
ワードで作る年賀状	G-2	12/1・3・6・8（月・水・金） 全4回 9：30～11：30	800円
インターネット・メール	B-3	12/13・15・17・20・ 22（月・水・金） 全5回 9：30～11：30	1,000円
パソコンで写真を整理・活用	F-2	12/14・16・18・23・ 25 （火・木・土） 全5回 13：30～15：30	1,000円



- 場 所 二幸産業・NSP 健康福祉プラザ（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10名（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）
- 受講条件 Gコース・Bコース・Fコース：文字入力（漢字変換）のできる方
- 講 師 多摩市シルバー人材センター会員
- 申込期間 10/15（金）～10/30（土） *日曜・祝日を除く
- 申込方法 次のいずれかの方法で申込

①二幸産業・NSP健康福祉プラザ（総合福祉センター）3階窓口

申込者の住所・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 申込締切日 必着

下記の通り必要事項を記入。記入漏れ・郵便料金不足は無効。

<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">  <small>返信</small> <small>返信宛名面</small> </div> <div style="text-align: center;"> <p>206・0032</p> <p>多摩市南野3-15-1</p> <p>二幸産業・NSP健康福祉プラザ3階</p> <p>老人福祉センター</p> <p>寿大学 担当 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 style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">  <small>返信</small> <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: center;"> <p>返信裏面</p> <p>① 住所 ② 氏名（ふりがな） ③ 生年月日 ④ 年齢 ⑤ 電話番号 ⑥ 希望講座</p> </div> </div>
---	--

★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。

※講座で使用するOS：Windows10/Microsoft Office2016

<問合せ> 指定管理者 二幸産業・NSPグループ
 〒206-0032 多摩市南野3-15-1 二幸産業・NSP 健康福祉プラザ3階
 ☎042-356-0303 ※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 ◆

<p>ボランティア 相談</p>	<p>10月のボランティア相談はお休みです。 ボランティア相談とは… ボランティア活動の紹介等を行っています。 ボランティアポイントの説明・登録受付も行っていきます。 問合せ：多摩ボランティア・市民活動支援センター 042-373-6611</p>
<p style="text-align: center;">事業の中止について</p> <p>新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、下記事業は中止いたします。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご了承ください。</p> <p>地域活動支援センターあんど 障がい者カラオケの日（毎月第4土曜日・午前）</p> <p>老人福祉センター 囲碁の日（毎月第3月曜日・午後） 映画の日（毎月第1・3火曜日・午後） 高齢者カラオケの日（毎月第1金曜日・午前） ビリヤードの日（毎月第3金曜日・午後） 福祉機器展示コーナー</p>	
<p style="text-align: center;">《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（9日）、各日曜日</p>	

< 問合せ >

☆ 地域活動支援センターあんどについて

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
☎042-356-0307 FAX042-356-1155
ホームページ <http://www.tamashakyo.jp>



ホームページ
QRコード



☆ 老人福祉センターについて

多摩市立温水プール・多摩市総合福祉センター指定管理者「二幸産業・NSPグループ」
☎042-356-0303 FAX042-356-1155

(共通)

〒206-0032

多摩市南野3-15-1 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階

※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時



みんなで広げよう、 シトラスリボンプロジェクト。



Citrus Ribbon
PROJECT

コロナ禍で生まれた差別や偏見を耳にした愛媛の
有志がつくったプロジェクトです。
シトラス色のリボンの3つの輪は、
地域と家庭と職場や学校を表しています。

**「たとえウイルスに感染しても、だれもが地域で
笑顔の暮らしを取り戻せる社会にしたい」**

そんな願いから、リボンや専用ロゴを身に着けて
「ただいま」「おかえり」
の気持ちを表す活動を広めています。

多摩市社協ではこのプロジェクトに賛同し、コロナ禍においても皆さまが
安心して暮らせる“まち”を目指します。

詳細はプロジェクトのHP (<https://citrus-ribbon.com/>) 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

総務係 TEL(373)5611 FAX (373)5612