

国分寺市障害者センター
地域活動支援センターつばさ



〒185-0024 国分寺市泉町2-3-8

電話：042-321-1136 (つばさ直通)

ホームページ：https://www.manyounosato.or.jp/

開館時間：午前9時～午後7時(第1・3・5日曜、祝祭日休み)

☆生活・福祉サービスのご相談
月～土、第2・4日曜日の午前9時～午後7時

☆交流サロン開館時間☆

開いている日：祝日を除く月～土曜日
時間(月～金)：①午前10時～午前11時45分
②午後3時～午後4時45分
(土)：①午後1時～午後2時45分
②午後3時～午後4時45分



しみんふくしこうざ ほうこく 市民福祉講座のご報告



令和5年8月19日(土)、「わかりやすい障害福祉サービス入門～障害福祉サービスの基本を押さえよう～」というテーマで、講演と障害者センターの見学ツアーを開催しました。今回は講師として、国分寺市役所障害福祉課の職員と、つばさの相談支援専門員のお二人に障害福祉サービスについて具体的に講義をしていただきました。講座への参加方法として会場・YouTube配信の2種類を設け、当日会場には23名の方が来場されました。

講座



前半の「障害福祉サービス入門」では、障害福祉サービスの概要、サービスの対象者、障害者手帳の種類、サービスを利用する際の申請の手続きと利用までの流れなどの説明がありました。後半の「相談支援専門員って何する人？」では、相談支援専門員の職務内容と役割、利用者との関わり方、事例を用いた支援の方法について講義をしていただきました。

来場者の中には、障害福祉サービスを既に利用した事がある方、福祉サービスに全く触れてこなかった方など色々な立場の方がいました。「サービス利用まで、窓口や手続きの流れが分かりにくかったので、よい機会でした。」という感想もあり、障害福祉サービスについて知っていただく機会となったと感じました。

けんがく 見学ツアー



講演終了後、障害者センターの見学ツアーを行いました。日頃入ることのできない浴室や活動室、スヌーズレンなどを見学しました。太陽の活動室では天井に取り付けられたレールに沿って動くリフトに乗る体験や、機械浴室では、ストレッチャーを使い機械浴槽を動かす入浴方法の見学をしました。参加された方からは、「リフトが力を使わず軽く動くのでびっくりしました。」「機械で動く浴槽を初めて見ました。」「館内見学に参加してとてもためになりました。」などの感想が聞かれました。

10月8日(日)に開催される「万葉の里オープンデー」でも、障害者センターの各事業の体験をすることができます。ぜひ遊びにいらしてください。

こうりゅうたいかい ポッチャ交流大会2023

8月11日(金)のプレイスでは、市民スポーツセンターで行われた、「こくぶんじ地域クラブ」主催の「ポッチャ交流大会2023」に参加しました。つばさからは、「ヤンキース」「つばさ」「ゆうかな仲間たち」の3チームが出場し、それぞれポッチャを楽しみながら、勝利を目指しました。試合では、仲間のプレーに拍手をしたり、投げる順番を相談しあったりと、お互いに協力している様子が見られました。参加した方からは、「負けてしまって悔しかった。でも1回だけ白いボールに近づけました。優勝もできなかったけど楽しかったです。」「最初に当たったチームが決勝戦に進んだチームでした。強いチームはオセロのように(試合を)ひっくり返していました。」との感想が聞かれました。惜しくも優勝することはできませんでしたが、他のチームのレベルの高さに刺激を受けると同時に、ポッチャを通じて地域の方々と交流を楽しむ機会になりました。



と飛びだせつばさ! at にわには

8月21日(月)のスペシャルプログラムでは、ステンシルを使ったオリジナルの手ぬぐいを作りました。場所は、国分寺市東元町のレンタルスペース「にわには」で行いました。

ステンシルは、色々な形に切りぬいた型の上から絵具で模様をつけます。参加した方からは、「ステンシルは初めてやったがそんなに難しくなかったです。」「この出来上がりなら、家族にプレゼントしても喜んでもらえると思います。」との感想が聞かれ、それぞれの個性が光る素敵な手ぬぐいできました。手ぬぐい作りの後は、たがやし隊で収穫したトマトを使ったサラダと、カレーを皆で食べました。

初めての「にわには」での活動でしたが、広々とした空間でリラックスして過ごすことができ、充実した時間になりました。





10月のプログラム予定



プレイス

日 時：10月7日(土)
午後1時～午後3時

場 所：障害者センター3階 活動室

内 容：話し合い(外出の説明)

持ち物：飲み物、マスク、上履き



日 時：10月28日(土)
午前9時30分～午後3時(予定)

集合場所：国分寺駅改札出てコンビニ前

内 容：ウォーキング(調布深大寺)

持ち物：飲み物、動きやすい服装、お金



*詳しくはチラシをご覧ください。

ひろば パソコン広場

日 時：10月10日(火)、10月24日(火)
午後1時15分～午後2時45分
(毎月第2・4火曜日開催)



場 所：障害者センター2階 交流サロン

その他：データを持ち帰る方は、ご自分の
USBメモリを用意してください。



ラップ WRAP

日 時：10月14日(土)
午後1時～午後3時

場 所：障害者センター3階 活動室

テーマ：否定的な考えを肯定的に変える



けんこうたいそう 健康体操

日 時：10月2日(月)、10月16日(月)
時間：午前10時30分～午前11時30分

場 所：恋ヶ窪ベース
(住所：国分寺市東戸倉2丁目10-11)

持ち物：飲み物、タオル、マスク、上履き



あーとサロン

日 時：10月3日(火)、10月17日(火)
午後1時15分～午後2時45分
(毎月第1・3火曜日開催)

場 所：障害者センター2階 交流サロン



たがやし隊

日 時：10月5日(木)、10月19日(木)
午前10時30分～午前11時30分
*雨天の場合は中止です。

場 所：障害者センター周辺の畑

持ち物：飲み物、タオル、マスク、帽子
長靴(持っている方)、動きやすい服装

その他：
・当日参加の方も大歓迎です。
・野菜や季節の花を育てています。



ハンドクラフトクラブ

日 時：10月11日(水)
午後1時30分～午後2時30分

場 所：障害者センター2階 交流サロン

内 容：手芸など

その他：小物作りや生活に必要なボタン付けなど、
ボランティアに教えてもらえます。



フラダンス

日 時：10月22日(日)
午前11時～午後12時20分

場 所：いきいきセンター
(国分寺市泉町2-6-2トミンハイム1階)

持ち物：飲み物、タオル、マスク、上履き、
動きやすい服装



ちいきかつどうしえん ねん がつ よてい
 地域活動支援センターつばさ 2023年10月の予定

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土	にち 日
						1
						へいかんひ 閉館日
2	3	4	5	6	7	8
	あーとサロン 午後1時15分～ 午後2時45分		たがやし隊 午前10時30分～ 午前11時30分	スタッフ会議※ 午後1時00分～ 午後2時00分	プレイス 午後1時00分～ 午後3時00分	オープンデー 午後1時00分～ 午後3時00分
9	10	11	12	13	14	15
へいかんひ 閉館日 スポーツの日 (祝日)	パソコン広場 午後1時15分～ 午後2時45分	ハンドクラフト クラブ 午後1時30分～ 午後2時30分	つばさ会議※ 午後1時30分～ 午後2時30分		らっぷ WRAP 午後1時00分～ 午後3時00分	へいかんひ 閉館日
16	17	18	19	20	21	22
けんこうたいそう 健康体操 午前10時30分～ 午前11時30分 (恋ヶ窪ベース)	あーとサロン 午後1時15分～ 午後2時45分		たがやし隊 午前10時30分～ 午前11時30分	スタッフ会議※ 午後1時00分～ 午後2時45分		いきいき プログラム (フラダンス) 午前11時00分～ 午後12時20分
23	24	25	26	27	28	29
	パソコン広場 午後1時15分～ 午後2時45分	スタッフ会議※ 午後12時30分～ 午後1時30分 午後5時00分～ 午後5時30分			プレイス 午前9時30分～ 午後3時00分	
30	31					
けんこうたいそう 健康体操 午前10時30分～ 午前11時30分 (恋ヶ窪ベース)						

※つばさ会議・スタッフ会議の時間は、つばさスタッフは席を外しています。
 予定が急遽変更になることがあります。ご承知おきください。

