

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

ほろく プレイスのご報告

2月3日(土)のプレイスでは、スライドショーを見ながら、今年度のプレイスの活動を振り返りました。参加者からは「懐かしい」「楽しかった」との声が聞かれ、ポッチャ大会やウォーキングなど、色々な活動を通してたくさんの思い出が作れたことを実感している様子でした。振り返りの後は、来年度のプレイスでやりたいことを聞きました。「ピュッフェに行きたい」「カラオケがしたい」「動物園でクマとウサギが見たい」など、楽しい意見が次々と挙がりました。

また、当日は節分の日ということで、参加者に鬼の形のバッジをつけてもらい、「節分玉入れ」を行いました。職員が鬼の形の箱を持って移動し、参加者が豆に見立てた玉を箱に投げ入れました。最初はなかなか玉が入らなかったものの、徐々にコツをつかんだようで、上達していく様子が見られました。その他にも、「い」から始まる言葉」などのテーマを決めた言葉遊び、『世界中のこどもたちが』の合唱など、様々な活動を行いました。

今後も、より充実した内容のプログラムになるよう、参加者の希望も取り入れながら企画を考えていきたいと思っております。



ハンドクラフト・コラージュ

1月10日（水）のハンドクラフトでは、和風のコラージュを作りました。当日は6名の方が参加しました。折り紙で作った門松や梅の花などのパーツを、画用紙に並べて作成しました。様々な色の画用紙を4、5枚繋げて大きな作品を作ったり、じっくり時間をかけて1枚の作品を作りあげたりと、それぞれ好きなやり方で作品を仕上げました。新年1回目の活動ということもあり、お互いの年末年始の過ごし方について話しながら、楽しく作業している様子も見られました。

参加した方からは、「カラフルにできた。ボランティアの人に見てもらいながら楽しめました。」「暗いニュースが多かったので、作品でロケットを打ち上げました。」などの感想がありました。同じパーツを使っている、並べ方によってまったく違った作品になり、工夫次第で色々な個性が出せるのだと感じました。今後も、参加する方たちの発想が活かせるような内容を企画していきます。

ご興味のある方は、ぜひご参加ください。



いきいきプログラム・太極拳

1月28日（日）、いきいきセンターで太極拳を行いました。参加者は7名、太極拳は初めてという方も3名いました。講師の嶋田先生とボランティアの星野さんからひとつひとつの動きをわかりやすく丁寧に教えていただき、参加者からは「初めて参加したが、わかりやすかった。」「楽しかった。」という感想がありました。プログラム中、ひとりとして佇んでいる参加者はなく、集中してそれぞれの力を発揮できている様子に心打たれました。

太極拳は、2月25日（日）・3月24日（日）にも行う予定です。ご興味のある方は、つばさまでお申し込みください。



※つばさだよりの写真、記事の転載はご遠慮ください。



がつ よてい
3月のプログラム予定



プレイス



にち じ がつ にち ど
日 時：3月30日(土)
午前10時30分～午後2時30分(予定)

しゅうこうばしょ にしこくぶんじえき かいきつまえ
集合場所：西国分寺駅の改札前



ない よう はなみ
内 容：お花見ウォーキング
(立川駅⇒根川堤通り⇒柴崎体育館を
歩きます) *多摩川でお昼を食べます。

そ の 他：詳しくはお知らせを見てください。
*雨天の場合は中止です。



ひろば パソコン広場

にち じ がつ にち か
日 時：3月12日(火)、3月26日(火)
午後1時15分～午後2時45分
(毎月第2・4火曜日開催)



ば しょ しょうがいしゃ かい こうりゅう
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、自分の
USBメモリを用意してください。



けんこうたいそう 健康体操

がつ やす
3月はお休みです。



ラップ WRAP

にち じ がつ か ど
日 時：3月9日(土)
午後1時～午後3時



ば しょ しょうがいしゃ かい かつどうしつ
場 所：障害者センター3階 活動室

テーマ：生活空間、暮らし方、やる気

あーとサロン

にち じ がつ か か がつ にち か
日 時：3月5日(火)、3月19日(火)
午後1時15分～午後2時45分
(毎月第1・3火曜日開催)



ば しょ しょうがいしゃ かい こうりゅう
場 所：障害者センター2階 交流サロン

たい たがやし隊

にち じ がつ にち もく
日 時：3月21日(木)
午前10時30分～午前11時30分
*雨天の場合は中止です。



ば しょ しょうがいしゃ しゅうへん はたけ
場 所：障害者センター周辺の畑

もち物：飲み物、タオル、マスク、帽子、
動きやすい服装、長靴(持っている方)

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

にち じ がつ にち すい
日 時：3月13日(水)
午後1時30分～午後2時30分



ば しょ しょうがいしゃ かい こうりゅう
場 所：障害者センター2階 交流サロン

ない よう しゅげい
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。

たいきょくけん 太極拳

にち じ がつ か にち
日 時：3月24日(日)
午前11時～午後12時20分



ば しょ いきいきセンター
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)

もち物：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 2024年3月の予定

げつ	か	すい	ちく	きん	ど	にち
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				スタッフ会議 ※1 午後1時00分～ 午後2時00分		閉館日
4	5	6	7	8	9	10
	あーとサロン 午後1時15分～ 午後2時45分			職員研修 ※2 午後5時00分～ 午後7時00分	WRAP 午後1時00分～ 午後3時00分	
11	12	13	14	15	16	17
	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 ※3	スタッフ会議 ※1 午後1時30分～ 午後2時30分	スタッフ会議 ※1 午後1時00分～ 午後2時45分		閉館日
18	19	20	21	22	23	24
	あーとサロン 午後1時15分～ 午後2時45分	閉館日 春分の日 (祝日)	たがやし隊 午前10時30分～ 午前11時30分			いきいき プログラム (太極拳) 午前11時00分～ 午後12時20分
25	26	27	28	29	30	31
	パソコン広場 午後1時15分～ 午後2時45分	スタッフ会議 ※1 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10時30分～ 午後2時30分 (予定)	閉館日

- ※1 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。
- ※2 3月8日(金)は、職員研修のため、つばさスタッフが不在がちになります。
- ※3 3月13日(水)の午後は、普及啓発事業の開催のため、つばさスタッフが不在がちになります。

☆4月1日(月)は入所式のため、午前の交流サロンはお休みです。
 4月6日(土)は市民福祉講座のため、交流サロンはお休みです。
 ご理解・ご協力をお願いします。

☆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。



国分寺市民福祉講座

世界自閉症啓発デー・発達障害啓発週間イベント

市民福祉講座『発達障害の理解と支援』

毎年4月2日は国連が定める世界自閉症啓発デーです。日本では、4月2日～8日を発達障害啓発週間と定め、様々な取り組みをしています。今回の市民福祉講座では、発達障害とは何か？発達障害がある方にどのような支援が必要か？ということについて、発達障害の方の特性の理解とともに、関わる家族や支援者がどう対応していくのが良いのか、特に成人期に向けて、幼少期から心がけたいことについて、臨床心理士がお話しします。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

主催：社会福祉法人万葉の里 国分寺市障害者センター 地域活動支援センターつばさ（電話：042-321-1136）

講師のご紹介

■山口 加代子 氏（川崎市南部リハビリテーションセンター在宅支援室アドバイザー / 日本高次脳機能障害者の会顧問 / 臨床心理士 / 公認心理師）

横浜市中 央児童相談所の心理判定員、横浜市保健所心理相談員を経て、平成3年から横浜市リハビリテーション事業団に臨床心理士として勤務。平成31年同退職。現在、日本高次脳機能障害者の会顧問。リハビリテーション心理職会顧問。東京リハビリテーションセンター世田谷アドバイザーおよび、川崎市南部リハビリテーションセンター在宅支援室アドバイザー。小児期から成人期の発達障害や高次脳機能障害の方の支援に関わる。



山口 加代子 氏

講座の詳細

日時：令和6年4月6日（土）午後1時～午後3時（講演+質疑応答）

参加方法：①当日・会場で参加（定員30名・先着順）

②後日・YouTube配信を視聴（2週間程度の限定配信を予定）

会場・YouTube、両方にお申し込み
いただくことも可能です。

会場：国分寺市障害者センター2階 多目的室

[国分寺市泉 町2-3-8 国分寺市障害者センター内（JR 中央線・武蔵野線 西国分寺駅より徒歩約8分）]

参加費：無料（YouTube配信の場合、通信料は自己負担） / 備考：手話通訳あり（会場参加のみ）

申し込み：令和6年3月4日（月）午前10時～令和6年4月1日（金）午後5時 まで

①ホームページ [<https://www.manyunosato.or.jp/info>] → → → QRコード

②ファックス※ [042-321-1207] ※裏面の参加申込書に記載

③電話 [042-321-1136]





ファックスでこのまま送信ください。
 FAX：042-321-1207



担当：松原・須田・鈴木 行

国分寺市委託事業

令和6年度 地域活動支援センターつばさ 国分寺市民福祉講座

市民福祉講座 『発達障害の理解と支援』

参加申込書

日時：令和6年4月6日（土）午後1時～午後3時

会場：国分寺市障害者センター（国分寺市泉町2-3-8）

お名前①		
メールアドレス①		
連絡のとれる電話番号①		
参加方法（両方選択可）①	<input type="checkbox"/> 4/6当日・会場に参加する	<input type="checkbox"/> 後日・YouTubeで視聴する
お名前②		
メールアドレス②		
連絡のとれる電話番号②		
参加方法（両方選択可）②	<input type="checkbox"/> 4/6当日・会場に参加する	<input type="checkbox"/> 後日・YouTubeで視聴する
講師への事前質問		
講座参加時に必要な配慮 （会場参加のみ手話通訳あり）		

お問い合わせ先

社会福祉法人万葉の里 国分寺市障害者センター内 地域活動支援センターつばさ

住所：〒185-0024 東京都国分寺市泉町2-3-8

電話：042-321-1136 / ファックス：042-321-1207

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