

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

はなみ プレイス・お花見ウォーキング

3月30日(土)にプレイスの外出活動でお花見ウォーキングに行きました。西国分寺駅に集合し、立川駅まで電車で行き、立川駅から根川堤通りを歩いて多摩川沿いを目指すというコースでした。連日雨が続いていましたが、当日は気温も上がり真っ青な空のお花見日和になりました。

今年は桜の開花の時期が遅れたので、咲いていた桜は1本の木に3～5輪でしたが、咲いている花を見つけた時の喜びがとても大きく、「ここに咲いているね!」と声をかけ合いました。また、綺麗な菜の花が沢山咲いていたり、サギという白い鳥が水辺にいたり、自然を多く感じられたコースでした。

みんなでレジャーシートを敷いて食べた昼食は、手作りのお弁当や好きな物で色鮮やかでした。ご飯を食べた後は、多摩川沿いの平地でキャッチボールやフリスビーをして、わいわい楽しむ様子が見られました。

昨年度はプレイスの活動で10月、11月、3月と3回のウォーキング企画がありましたが、回数を重ねる度に歩ける距離が長くなっていく参加者の姿を見て、職員も励まされました。今年度もプレイスでは、様々な楽しい活動を企画していきます。よろしくお願いいたします。



世界自閉症啓発デー & 発達障害啓発週間



あお いえ わたし す うた
～おかしな青い家と私たちの好きな歌～



2007年の国連総会で、カタールの王国王妃の提案により毎年4月2日を「世界自閉症啓発デー」とすることが決まりました。加えて日本では世界自閉症啓発デーの4月2日から8日を「発達障害啓発週間」としています。自閉症をはじめ、発達障害について知ってもらうための様々な活動や取り組みが、毎年世界中で行われています。

「世界自閉症啓発デー」のテーマカラーは青（ブルー）です。毎年4月2日になると、世界中で「癒し」「希望」「平穏」を表すブルーのライトアップをするイベントが行われます。日本では、東京タワー、都庁、金沢城（石川県）、五稜郭（北海道）など全国多数の場所でライトが灯ります。青いライトアップを目にした人が「あのブルーは何だろう」と思い、検索して、そこから発達障害について少し理解を深める事ができるような、そんな活動になっていると思います。

今年はサブテーマが「WE BELONG みんなで歌おう わたしたちのうた」という事で、2024年のつばさの展示作品は【おかしな青い家と私たちの好きな歌】になりました。家や雲、お菓子のパーツは全て手作りです。利用者・職員で一緒に作った作品を障害者センター入口に展示し、近くを通りかかった市民の方々に見ていただきました。また、たくさんの方々に「好きな歌」をカードに書いていただき、お菓子の家の周りに飾りました。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

2024年4月2日
東京タワーのライトアップです。



職員からのご挨拶

【新入職員より】

4月に地域活動支援センターつばさに
入職しました三井と申します。3月まで
生涯学習機関に勤務していました。利用者
の皆様楽しんでいただけるような
プログラムを企画したいと思っています。
よろしくお願ひいたします。

三井

【異動職員より】

どーむからつばさに異動となりました島田
と申します。計画相談を担当します。
慣れないことが多くご迷惑をおかけします
が、少しでも皆さまの力になればと思っ
ています。
よろしくお願ひいたします。

島田



がつ よてい
5月のプログラム予定



けんこうたいそう
健康体操

にち じ がつ か げつ
日 時：5月20日(月)
ごぜん じ ぶん ごぜん じ ぶん
午前10時30分～午前11時30分

ば しょ こいがくほ
場 所：恋ヶ窪ベース
じゅうしょ こくぶんじしひがしとくら ちょうめ
(住所：国分寺市東戸倉2丁目10-11)

もちもの のもの うわば
持ち物：飲み物、タオル、上履き



ひろば
パソコン広場

にち じ がつ か か がつ にち か
日 時：5月14日(火)、5月28日(火)
ごご じ ぶん ごご じ ぶん
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
ゆえすびー ようい
USBメモリを用意してください。



あーとサロン

にち じ がつ か か がつ にち か
日 時：5月7日(火)、5月21日(火)
ごご じ ぶん ごご じ ぶん
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



ラップ
WRAP

にち じ がつ にち ど
日 時：5月11日(土)
ごご じ ぶん
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：元気に大切な5つのこと①



ハンドクラフトクラブ

にち じ がつ か すい
日 時：5月8日(水)
ごご じ ぶん ごご じ ぶん
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。

もうしこみかん がつ たち すい
申込期間：5月1日(水)まで



たい
たがやし隊

にち じ がつ にち もく がつ にち もく
日 時：5月16日(木)、5月23日(木)
ごぜん じ ぶん ごぜん じ ぶん
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 はだけ
場 所：障害者センター周辺の畑

もちもの のもの ぼうし うご ぶんくそう
持ち物：飲み物、タオル、帽子、動きやすい服装、
ながぐつ も かた
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。



プレイス

にち じ がつ にち ど
日 時：5月18日(土)
ごご じ ぶん
午後1時～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

ない よう がいしゅつせつめい
内 容：外出説明、レクリエーション

もちもの のもの うわば
持ち物：飲み物、上履き



いきいきプログラム

にち じ がつ にち にち
日 時：5月26日(日)
ごぜん じ ぶん
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2-6-1 トミンハイム1階)

ない よう
内 容：フラダンス

もちもの のもの うわば
持ち物：飲み物、タオル、上履き



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5月の予定

げ月	か火	すい水	ちく木	きん金	ど土	にち日
		1	2	3	4	5
				へいかんび 憲法記念日 (祝日)	へいかんび みどりの日 (祝日)	へいかんび こどもの日 (祝日)
6	7	8	9	10	11	12
へいかんび 振替休日 (祝日)	あーとサロン 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	スタッフ会議 ※ 午後1時30分～ 午後2時30分	スタッフ会議 ※ 午後1時00分～ 午後2時00分	ラップ WRAP 午後1時00分～ 午後3時00分	
13	14	15	16	17	18	19
	パソコン広場 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		プレイス 午後1時00分～ 午後3時00分	へいかんび 閉館日
20	21	22	23	24	25	26
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	スタッフ会議 ※ 午後12時30分～ 午後2時00分 午後5時00分～ 午後5時30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 午前11時00分～ 午後12時20分 (いきいきセンター)
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。

