

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

春のウォーキングに行きました！

3月1日(土)に、プレイスの外出プログラムで「ヒノトントンZOO(羽村市動物公園)」にウォーキングに出掛けました。西国分寺駅に集合し、JR中央線と青梅線に乗って羽村駅まで行き、途中でスーパーのいなげやに寄って昼食を買ってから、動物園まで計20分程の道のりを歩きました。

羽村市動物公園は比較的小さな動物園ですが、その小さな敷地の中に50種類以上の動物たちが生活しています。まず入り口を抜けてすぐに迎えてくれるのは、「ウェルカムレッサーパンダ」と呼ばれるレッサーパンダです。他にもキリンやシマウマ、ペンギン、カピバラ、ミーアキャット、ヤマアラシなど、有名な動物から少しめずらしい動物まで、沢山の動物が来園者を出迎えてくれます。

また、多数飼育展示されている「げっ歯類」の動物たちをモチーフにしたキャラクター「げっし〜ず」も人気です。ウォーキング当日は、期間限定イベントである「げっし〜ずスタンプラリー」が開催されており、参加者達もスタンプラリーを楽しんでいました。

動物園を一周した後は、芝生の広場でレジャーシートを広げて、いなげやで買った昼食をみんなで食べました。天気も良く、梅の木には梅の花が咲いていて、楽しい昼食の時間となりました。

11月に雨天で延期となってしまったウォーキングがリベンジできて良かったです。皆さんもぜひ、ヒノトントンZOO(羽村市動物公園)に足を運んでみて下さいね！



※つばさだよりの写真、記事の転載はご遠慮ください。

たい はなみ
たがやし隊・お花見

3月のたがやし隊では、「お花見さんぽ」を行いました。桜はまだ満開ではなかったものの、天気がよくお花見日和でした。

障害者センターをスタートし、武蔵国分寺跡、おたカフェ、真姿の池、武蔵国分寺公園などを周りました。おたカフェでは1年間の活動の振り返りを行い、今後やりたいことを話し合いました。

桜の他に、モクレンやミズキの花なども咲いていました。参加者からは「とても楽しかった。天気が良くて桜が見られてよかった」との感想が聞かれました。

春の訪れを感じられる、心地良い時間になりました。



しょくいん 職員からのご挨拶
あいさつ

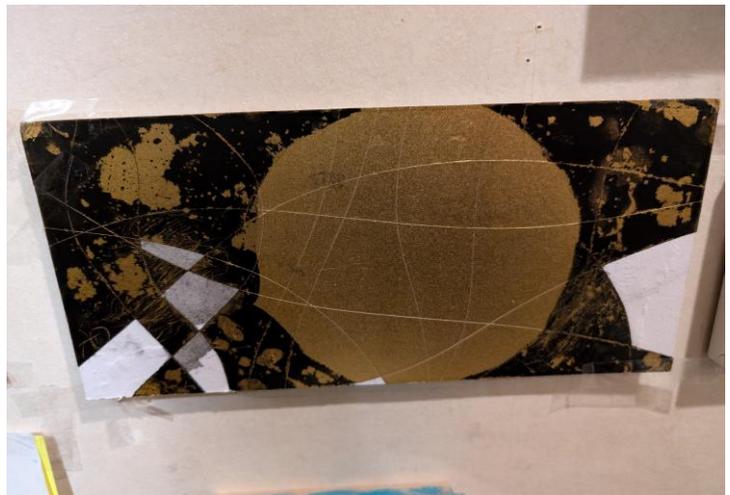
空の「星」に野原の「野」で、星野と申します。令和7年4月1日より、地域活動支援センターつばさに配属となりました。これまでは、東戸倉の同法人が経営しているKOCO・ジャム施設内にある“生活介護事業 この里”で3年間勤務しておりました。外での活動も好きですが、家でのんびりするのも好きです。これからつばさで自分の羽をバサバサッと広げて行けたらと思います。皆さま、どうぞよろしくお願ひいたします。星野

皆さんお久しぶりです。1年たって、つばさに戻ってきました。我那覇です。

また皆さんと一緒に活動できることをわくわくしながら、とても嬉しくおちています。これから、プログラムや交流サロンでお世話になりますが、よろしくお願ひいたします。素敵な時間を一緒に過ごせることを、楽しみにしています。我那覇

さくひんしょうかい
作品紹介コーナー

つばさ利用者のI・Yさんの作品を紹介いたします。つばさだよりに掲載したい作品がありましたら、地活スタッフまでお問い合わせください。



※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
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 にち げつ がつ にち げつ
日 時：5月12日(月)、5月26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 かいがくほ
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 にち か がつ にち か
日 時：5月13日(火)、5月27日(火)
ごご じ ぶん ごご じ ぶん
午後1時15分～午後2時45分
まいつき だい かようび かいさい
(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
日 時：5月20日(火)
*5月6日(火)はお休みです。
ごご じ ぶん ごご じ ぶん
午後1時15分～午後2時45分
まいつき だい かようび かいさい
(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 か (ど)
日 時：5月24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：WRAPと元気に役立つ道具箱

ハンドクラフトクラブ

にち じ がつ か すい
日 時：5月14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 つか こものづく
内 容：レジンを使った小物作り

さんかひ えん とうじつあつ
参加費：100円(当日集めます)

その他：小物作りや生活で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。

ちゅうしんきかん がつ か すい
申込期間：5月7日(水)まで

たがやし隊

にち じ がつ か もく
日 時：5月8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

ない よう やさい はな なえう
内 容：野菜、花の苗植えなど

もちもの のもの ぼうし うご びくそう
持ち物：飲み物、タオル、帽子、動きやすい服装

いきいきプログラム

にち じ がつ にち にち
日 時：5月25日(日)
ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん
午前11時～午後12時20分



ば しょ いくいきせんたー
場 所：いきいきセンター
こくぶんじしひしみちよう かい
(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

プレイス

にち じ がつ にち ど
日 時：5月17日(土)
ごご じ ぶん 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

ない よう
内 容：レクリエーションなど

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 2025年5月の予定

げ月	か火	すい水	もく木	きん金	ど土	にち日
			1	2	3	4
				スタッフ会議 ※ 午後1時00分～ 午後2時00分	閉館日 けんぽうきねんび 憲法記念日 (祝日)	閉館日 みどりの日 (祝日)
5	6	7	8	9	10	11
閉館日 こどもの日 (祝日)	閉館日 振り替え休日 (祝日)		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30分～ 午後2時30分			
12	13	14	15	16	17	18
健康体操 午前10時30分～ 午前11時30分 (窓ヶ窪ベース)	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		スタッフ会議 ※ 午後1時00分～ 午後2時45分	プレイス 午後1時00分～ 午後3時00分	閉館日
19	20	21	22	23	24	25
	あーとサロン 午後1時15分～ 午後2時45分				ラップ WRAP 午後1時00分～ 午後3時00分	いきいき プログラム 午前11時00分～ 午後12時20分
26	27	28	29	30	31	
健康体操 午前10時30分～ 午前11時30分 (窓ヶ窪ベース)	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				

※ 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。

☆6月27日(金)は、法人全体の職員研修のため、障害者センターは
 午後2時45分で閉館となります。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。

