



2024年 4月の予定

開館時間	月・水・金	9:00~17:00
	火・木	9:00~19:00
	第1・3土	9:00~17:00

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 ◆視覚当事者相談 13:00~17:00 ◆視覚月替り企画 13:30~15:00	4	5 ◆親子de 体験	6 ◆装具住宅相談 9:00~12:00 ◆肢体当事者相談 13:00~17:00 ◆肢体茶話会 13:30~14:30
7 へいかん 閉館	8	9	10	11	12	13 へいかん 閉館
14 へいかん 閉館	15	16	17	18	19 ◆ボッチャ	20
21 へいかん 閉館	22	23	24	25	26	27 へいかん 閉館
28 へいかん 閉館	29 しょうわ 昭和の日	30 パソコンの かいほう 開放	市内に住む、身体障害・知的障害がある 方で、パソコン操作が独力で可能な方にイン ターネット・パソコンを開放しています。 ☆火・木曜日 午後5時~7時 ☆第1・3土曜日 午前9時~午後5時			

★聴覚障害の当事者相談は随時受付ています。

編集後記

今年の関東での「春一番」は、例年より2週間も早く吹きました。自転車で遊歩道を走っていると、小さい虫が飛び交っているのを見て、この時期に！！と驚いてしまいました。最近ふと、近い将来啓蟄や冬眠という言葉が死語になってしまうのかななんて勝手に思ってしまう今日この頃です。



ちいきせいかつしえん
地域生活支援センターみ～な

よんで²み～な

がつごう
4月号
2024/3/5発行
No.37

ボッチャチーム参加者募集！

府中市ボッチャ大会出場に向けてチームを結成します！

第1回練習会は
4/20(土)

障害の有無に
関係なく参加
できます

ボランティアも
同時募集！

体験・単発参加も大歓迎！

12月の第1土曜日に総合体育館で行われる府中市ボッチャ大会出場に向けて、ボッチャチームを結成します。都合のつく時の参加で大丈夫です。ボッチャを体験してみたい方も大歓迎！障害の有無に関係なく楽しく身体を動かしましょう。

※お申込み、お問合せは、み～なまで

活動内容・募集要項

対象：市内在住の方
日時：偶数月 第3土曜日 13:00~15:00
4/20、6/15、8/17、10/19
奇数月 第1水曜日 10:00~12:00
5/1、7/3、9/4、11/6
場所：福祉センター

社会福祉法人府中市社会福祉協議会

ちいきせいかつしえん
地域生活支援センターみ～な

〒183-0026 東京都府中市南町5-38 府中市立心身障害者福祉センター内

TEL: 042-360-1312 / FAX: 042-368-6127

e-mail: mi-na@f-sinsyo.jp / URL: http://www.f-sinsyo.jp/



毎月実施している相談会・催しをご紹介します。

☆日程は本誌裏面の毎月の予定表に載せているのでご確認ください☆

とうじしゃそудん 当事者相談 (ピアカウンセリング)

とうじしゃそудんいん (ピアカウンセラー) が
おな たちば そудん
同じ立場で相談にのっています。
★予約制 (1週間前までにご連絡ください)
★当事者相談員による企画 (外出や調理など)
かいさい たの
も開催しています。お楽しみに！

グループホームの見学に 行ってきました！

肢体の当事者相談で、2月3日(土)に「グループホームあけぼの 樹林の家」に行ってきました。参加者からは、
・想像していたよりも、お手伝いしてくれることが多くて安心した。
・車椅子で問題なく動けるスペースがあるんだ。
・住み慣れた街で過ごせる場が身近にあるのありがたい。
などの感想が聞かれ、「自宅だけが生活の場ではないんだなあ」と実感した見学会でした。



おやこでたいけん 親子de体験



日時：4月5日(金) 午後1時30分～3時
会場：福祉センター内 OT室・中庭 (雨天実施)
対象・定員：府中市民で

- ①身体障害のある方とそのお子さん (2組)
- ②一般の親子 (2組)

※お子さんの年齢は18歳まで・先着順

内容：牛乳パックを使って作るキャンプ飯「カートンドッグ」
センターでコッペパンにソーセージや野菜などの具材を挟み牛乳パックに入れ、あとは牛乳パックごと燃やすだけで完成！

参加費：無料

申込期間：3月15日(金)～3月29日(金)



★持ち物 (材料2名分)：コッペパン、お好みのトッピング(ソーセージ、スライスチーズ、カット野菜、ケチャップ等)
※牛乳パック、アルミホイル、軍手はセンターで用意

楽しい！おいしい！
好きな具材を持ってきたね！

肢体不自由 基本第1土曜日 午後1時～5時 福祉センターにて

出張相談も
受付中！

障害をもって地域で生活している経験を活かして、相談を受け持っています。みなさんのよりよい生活につながれば…と思います。



目の障害 基本第1水曜日 午後1時～5時 福祉センターまたは府中市市民活動センタープラッツにて



見えなくなって不安な方、ちょっと話を聞いてもらいたい方、気軽に同じ障害の仲間と話してみませんか？

♪4月 月替り企画♪ 『フリートーク』
日時：4月3日(水) 午後1時30分～3時
会場：府中市市民活動センタープラッツ6階 第7会議室A
(府中市宮町1-100 ル・シーニユ内)
定員：10名 (最低催行人数4名) ※事前申込制・先着順
申込期間：3月15日(金)～3月27日(水)

装具・福祉機器・ 住宅改善相談



〈作業療法士による相談〉
基本第1土曜日 午前9時～12時
〈理学療法士による相談〉
日程についてはご相談ください。



★予約制です。1週間前までにご連絡ください。
自宅や学校、職場などでよりよい生活を送ることができるよう、理学療法士や作業療法士が障害や生活の状況に応じてアドバイスいたします。

聴覚障害 お申込みにより日程を調整しています。ご希望の方はみ～なまでご連絡ください。

協力：府中市聴覚障害者協会

