

福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

167号
2023年
9月1日
西町1丁目19-2

10月の講座



講座を通して、
聴覚障がい者の方と交流を
しています。手話がわから
なくても大丈夫！！
お気軽にお越しください。

楽しい講座、ためになる講座を毎月企画しています。
どなたでも参加できます。
みなさん誘い合ってお越しください。

お料理講座 薬膳料理

～ 秋の養生と薬膳料理 ～

日時	10月13日(金) 10:00~12:00		
場所	西交流館 実習室		
講師	にしや かなこ さん (美泉堂薬局) 西谷 加奈子 さん (美泉堂薬局)		
持参物	エプロン・マスク・三角巾・飲み物 自分用の手拭きタオルとふきん		
参加費	1,000円		
締切り	10月6日(金)	定員	約10人

やくぜん
薬膳とは「旬の食材」や漢方の原料となる「生薬(しょうやく)」を組み合わせる、体に良い料理のことです。

気持ちの良い秋の季節を元気に過ごすために薬膳の知識を学んで、体が喜ぶ食事を作りましょう。



**メニューは、デザート付きの4品です。
お楽しみに！！**



健康講座 太極拳

たいきょくけん



太極拳は、古来より中国で伝承された武術です。

日時	10月23日(月) 10:00~12:00		
場所	支援センター 会議室		
講師	みしま こ 三島 えみ子 さん		
持参物	室内シューズ	参加費	無料
締切り	10月16日(月)	定員	約10人

体内バランスを理想的な状態に保ち、肩こり、腰痛、ストレス解消、集中力アップなどに大きな力を発揮します。年齢を問わず楽しむことができるので、ぜひ一度体験してみませんか。



※ 動きやすい服装でお越しください

毎月の講座

いきいき講座

ゆったりヨガ

いすに座って、ゆったりと、無理なくできる運動をします。

日時：10月7日(土) 10:00~12:00

場所：支援センター 会議室

講師：山中 真美 (やまなか まみ) さん

持参物：タオル・飲み物

締切り：10月5日(木)



日曜日のお楽しみ会

日時：10月8日(日)

10:00~12:00

場所：支援センター 会議室

内容：DVD鑑賞(字幕付き)
「泣くな赤鬼」

2019年 日本作品

参加費：無料

高校野球部のベテラン鬼監督とかつての教え子との再会を人間味を込めて、情感豊かに描く実話。

申し込み、不要です お気軽にどうぞ!!

講座の様子と感想

スマホカメラ撮影術



- ・いろいろな写真の撮り方を教えていただき参考になった
- ・撮る側と撮られる側、両方に役立つ知識や技術がわかって2時間の講座があつという間だった
- ・水に映る写真のからくり、集合写真は真ん中で映るなど参考になった

クラフトバンドバッグ



- ・不器用なので難しかったがなんとか形になり楽しかった
- ・夜の講座がありとても楽しみだった
- ・集中でき、久しぶりに一生懸命頑張った
- ・とても丁寧に教えてくださりわかりやすかった
- ・楽しかった! あつという間に時間がすぎてしまった



日曜日のお楽しみ会

- ・この映画は感情の表し方、相手への伝え方が温かくて、とても素敵な作品だった
- ・最後、彼女への想いが通じて良かった

みなさまからのご要望もいただきながら今後も楽しい講座を企画していきます

楽しい体操

- ・身体を動かすと元気がでる、楽しい時間だった
- ・頭と身体の体操、ストレッチがわかって良かった



初心者パソコン

パソコン中級



- ・1つずつ確実に覚えて実行
- ・エクセルは難しいができるよう練習していきい
- ・頑張りたい

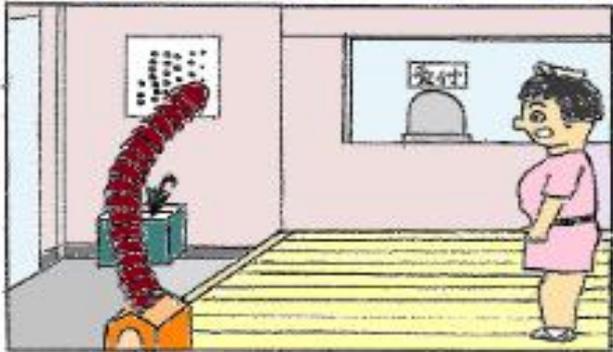
相談員の活動

交流サロンすまいる



フフちゃん

そうじゃなくて!



9月の講座

- 9/ 2 (土) たのしい体操
- 9/ 9 (土) 初心者パソコン講座
- 9/ 9 (土) パソコン講座 (中級)
- 9/10 (日) 日曜日のお楽しみ会
- 9/16 (土) アロマワックスバー
- 9/22 (金) からだを守るいい話
- 9/28 (木) 救急法 短期講習

交流サロンすまいる

9月は、祝日のためお休みです。

交流館の手話教室

今年度も支援センター主催の「交流館の手話教室」を開催します。

今回の開催場所等は次のとおりです。
この機会に聴覚障害者とのコミュニケーションを学んでみませんか？

会 場：湯田交流館 (全6回)
日にち：10月10日・17日・24日・31日
11月14日・21日 (火曜日)
時 間：13:30～15:30

会 場：戸手交流館 (全6回)
日にち：10月12日・19日・26日
11月 2日・ 9日・16日 (木曜日)
時 間：13:30～15:30

- * 申し込みは支援センターまで
- * 締切り: 9月30日(土)

■ろうあ者相談員駐在日

- 月曜 9:00～12:00 (第2・4)
- 木曜 13:00～17:00 (第2・4)
- 金曜 13:00～17:00 (第1・3)
- 土曜 13:00～17:00 (第3)
- 日曜 9:00～12:00 (第4)

■難聴者相談員駐在日

- 土曜 13:00～17:00 (第4)

※ 相談員の都合により不在の日もあります。
次ページのカレンダーをご確認ください。

相談員の活動内容です。お気軽にお越しください。

- 第1(金) 午後:絵を楽しもう (大人の塗り絵)
- 第2(月) 午前:脳トレ (クイズやまちがいがし)
- 第2(木) 午後:手話指導のアドバイス (入門編)
- 第3(土) 午後:「目で聴くテレビ」(スポーツ番組)
- 第4(土) 午後:携帯用ホワイトボードを作ろう
- 第4(日) 午前:日本手話を学ぼう (身近な話)

午前⇒10:00～12:00 午後⇒13:00～17:00

※申し込みは不要です。今まで通り、相談もできます。

9月	月	火	水	木	金	土	日			
					1	2	3			
午前						たのしい体操 支援センター	字幕 すこやかセンター			
午後										PC要約 すこやかセンター
夜間										
	4	5	6	7	8	9	10			
午前			休所			初心者PC 支援センター	日曜日のお楽しみ会 支援センター			
午後			難聴手話 すこやかセンター			PC中級 支援センター				
夜間										
	11	12	13	14	15	16	17			
午前	★		休所			アロマワックスパー 支援センター	休所			
午後	手話研修 A すこやかセンター	手話研修 A みやび会場		★		★				
夜間				手話研修 B 東部市民センター						
	18	19	20	21	22	23	24			
午前	休所		休所		からだを守るいい話 支援センター		★			
午後							★			
夜間										
	25	26	27	28	29	30				
午前	★		初心者PC要約 すこやかセンター	救急法 短期講習 支援センター		★ = 相談員駐在日 1日、15日の相談日は都合によりお休み 23日のすまいるは祝日のためお休み				
午後		音声入力 西公民館	難聴手話 すこやかセンター	★						
夜間	手話研修 C かななべ交流センター		休所							

10月	月	火	水	木	金	土	日						
							1						
午前													
午後													
夜間													
	2	3	4	5	6	7	8						
午前			休所			ヨガ	お楽しみ会						
午後			難聴手話		★								
夜間													
	9	10	11	12	13	14	15						
午前	休所		休所		薬膳	PC初心者	字幕						
午後		手話研A		戸手手話		PC中級	PC要約						
夜間		湯田手話			手話研B		休所						
	16	17	18	19	20	21	22						
午前			休所				★						
午後	手話研A	湯田手話		戸手手話	★	★							
夜間	手話研B												
	23	24	25	26	27	28	29						
午前	太極拳		初PC要約										
午後		音声入力	難聴手話	戸手手話		すまいる							
夜間	手話研C	湯田手話	休所										
	30	31											
午前													
午後		湯田手話		★									
夜間													

の講座はどなたでも参加できます

支援センターのホームページにも
いろいろな情報をのせています。
ぜひご覧ください。

松岡正明さん フォトギャラリー



松岡正明さん

ジャンプ

福山市聴覚障害者地域活動支援センター 〒720-0067 福山市西町1丁目19-2

電話:084-973-8577 FAX:084-973-8578 e-mail:info@fukurou.com ホームページ:http://fukurou1947.com

開所時間:9:00~17:00 休所日:水曜日・第3日曜日・祝日(土・日が祝日の場合は開所)