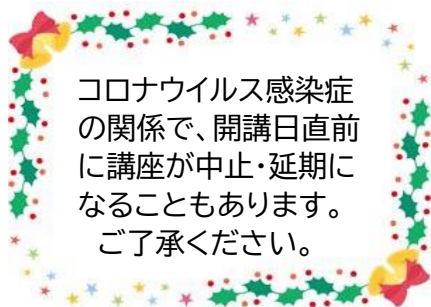


福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

158号
2022年
12月1日

西町1丁目19-2



コロナウイルス感染症
の関係で、開講日直前
に講座が中止・延期に
なることもあります。
ご了承ください。

1月の講座



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。

健康講座

子どもも大人も高齢者も！



男女みんなで笑って「健幸」づくり

日 時	1月21日（土）10：00～12：00		
場 所	支援センター 会議室		
講 師	いせき 生関 くみ さん（男女共同参画推進委員）		
持参物	筆記用具		
参加費	無 料	定 員	約10名
締切り	1月16日（月）		

いつでも、どこでも、誰でもできる
「笑いヨガ」。

しっかり笑ってストレスをなくし、
健康な身体で毎日生活をするための
「健幸」づくりをして、健康寿命を
延ばしましょう！



お楽しみ講座



ペーパークイリング

「ペーパークイリング」は、細長い紙を
クルクルと丸めて貼り付ける、立体的な
ペーパーアートです。

1本の細い紙が作り出す様々な形を組み
合わせて、素敵な作品を作りましょう☆

日 時	1月30日（月）13：30～15：30		
場 所	支援センター 会議室		
講 師	おおき やよい 多木 弥生 さん（野外教育事務所スマイル代表）		
持参物	なし（必要なものは準備してあります）		
材料費	400円	定 員	約10名
締切り	1月23日（月）		



写真のような作品を
作ります。
色は各自お好みの色を
選んでいただきます。

毎月の講座

たのしい体操

いきいき講座

月に一回は体を動かしましょう！

今回は「下肢筋アップ」「転倒予防」になる体操を、椅子に座って行います。
楽しい脳トレもしながら、筋力アップを目指しましょう！！

日 時：1月7日（土）10：00～12：00

場 所：支援センター 会議室

テーマ：筋力アップ・脳トレ

講 師：丸山 隆さん（ライフサービス）

持参物：飲み物

日曜日の

お楽しみ講座

日 時：12月25日（日）

10：00～12：00

場 所：支援センター 会議室

内 容：「日本手話で

おしゃべりしよう！！」

進行役：槌田 有希

申し込み

参加費：無 料

不要です

どなたでも参加できます。お気軽にどうぞ！

講 座 の 様 子

ゆったりヨガ

「姿勢の悪さに気付いた」
「少しずつ続けたい」
「呼吸の大切さを感じた」
「心身ともにゆったりした気分になった」
「毎回楽しみにしている」
などの感想をいただきました。

ハーバリウムボールペン

「とても楽しく作れた」
「完成したペンがキラキラして
きれいで、心までウキウキ」
「使うのがもったいないくらい
素敵なボールペンができた」
「丁寧でわかりやすかった」
「また参加したい」
など、とても好評な講座でした。

マナー講座

「知っているようで知らない
ことばかりだった」
「日常で使えるマナーを
教わって、ためになった」
「子どもにも教えたい」
「もっとたくさん話を聞きた
かった」
などの感想がありました。

すまいる

おしゃべりをしたり
折り紙をしたり
目で聴くテレビを見たり
いろいろなことを楽しく
やっています。



交流サロンすまいる

12月24日（土）10～12時 西公民館 実習室
材料代：200円くらい

エプロン・マスク・三角巾・
自分用のタオルとふきんを
持ってきてください

久しぶりの料理!!
参加してね～❤️

支援センターに申し込んでください
締切り 12/17(土)



12月の講座

12/ 3(土) ゆったりヨガ

12/10(土) パソコン講座(中級)

12/15(木) しめ飾り

12/16(金) クリスマス料理

12/24(土) すまいる(西公民館で料理)

12/25(日) 日曜日のお楽しみ講座

Merry Christmas

フフちゃん

そんな使い方！？

フフちゃん



松岡正明さんフォトギャラリー



御机の茅葺小屋

支援センターのできごと

今年も残りの一か月で終わり…あっという間に一年が過ぎますね。

来年の干支は『卯・うさぎ』です。センターの講座でも卯の絵を入れたカレンダーを作りました。

皆様の作品が個性豊かでとても素敵でした。

12月は町中が彩られるクリスマスも楽しみです。



○最新型ではありませんが…

血圧計を設置しています。

皆さま運動もかねて支援

センターへお越しください!!



○支援センターの花壇に新しくお花を植えました。

だんだん大きくなる様子を見に来てくださいね♪



手話・要約筆記のある健康診査

3月13日(月) (時間は申込者に個別に連絡します)

申込み方法

◆申込書に名前・住所・生年月日などを書く

◆受けたい健診の内容に○をする

◆健康保険の種類を書く

◆支援センターにFAXか郵送か持参して申し込む

申込み締切り

12月20日(火)

詳しくは、別紙の申込用紙をご覧ください。

不明な点は支援センターにおたずねください。

お知らせ

相談員が相談日に、次のような内容を行う

ことになりました。ぜひお気軽にお越しください。

第2(月)午前:脳トレ・聴覚障がい者に関するDVD

第2(木)午後:手話指導のアドバイス

第1(金)午後:いろいろな絵を楽しもう

第3(土)午後:「目で聴くテレビ」を見よう

第4(日)午前:日本手話を学ぼう

第4(土)午後:携帯用ホワイトボードを作ろう

※申し込みは不要です。

※今まで通り、相談もできます。

12月	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
午前						ゆたたいヨガ 支援センター	
午後					★		
夜間							
	5	6	7	8	9	10	11
午前			休所				
午後	音声入力 人権交流センター	手話研修 A 駅家公民館	難聴手話 すこやかセンター			パソコン講座 支援センター	
夜間					手話研修 B 駅家公民館		
	12	13	14	15	16	17	18
午前	★		休所	しめ飾り 支援センター	クリスマス料理 西公民館		字幕 すこやかセンター
午後			難聴手話 すこやかセンター		★	★	PC要約 すこやかセンター
夜間							休所
	19	20	21	22	23	24	25
午前			休所			すまいる 西公民館	★(日)のお楽しみ講座 支援センター
午後	手話研修 A すこやかセンター			★		★	
夜間	手話研修 B すこやかセンター						
	26	27	28	29	30	31	
午前		休所	休所	休所	休所	休所	
午後							
夜間							

★ = 相談員駐在日

12/8・26は都合により相談員が不在となります

1月	月	火	水	木	金	土	日
							1
午前							休所
午後							
夜間							
	2	3	4	5	6	7	8
午前					★	体操	
午後	休所	休所	休所	休所			
夜間							
	9	10	11	12	13	14	15
午前	★		休所	★			休所
午後		手話研A	難聴手話	手話研B		PC中級	
夜間							
	16	17	18	19	20	21	22
午前			休所			笑いヨガ	★
午後					★	★	
夜間	手話研B						
	23	24	25	26	27	28	29
午前	★		休所	★		★	
午後	手話研A		難聴手話			すまいる	
夜間							
	30	31					
午前			★ = 相談員駐在日				
午後	クイリング						
夜間							

1月のさんいん車の活動場所、時間は未定です

■ろうあ者相談員駐在日

月曜 午前 (第2・第4)
木曜 午後 (第2・第4)
金曜 午後 (第1・第3)
土曜 午後 (第3)
日曜 午前 (第4)

■難聴者相談員駐在日

土曜 午後 (第4)

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
TEL 084-973-8577
FAX 084-973-8578

e-mail info@fukurou1947.com
ホームページ http://fukurou1947.com/

開所時間 9:00~17:00
休所日 水曜・第3日曜日・祝日
(ただし、土日の祝日は開所)