

福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

159号
2023年
1月1日
西町1丁目19-2

2月の講座



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。

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下さい。

お料理講座

プレゼントしたくなる
映える

お菓子作り



- *かんたんパウンドケーキ
- *ちよこっとパイ
- *その他…お楽しみ☆

●各自飲み物をご持参ください

●ラッピングして持ち帰っていただきます

みなさんに好評のお料理講座。

今回は、お菓子作りです♡

作るのを楽しみ、ラッピングを楽しみ、
おいしさを楽しんでみましょう。



健康講座

フレイル予防講座



「フレイルとは？」
「元気印の食生活」
についてのお話です。

「フレイル」とは「おとろえ予備軍」
のことです。

シニア世代を元気に過ごすため、
食生活のポイントについて、わかり
やすく教えていただきます。

フレイルの状態になる前に、日常生活
を見直してみませんか。

日時	2月10日(金) 13:30~15:30		
場所	西公民館 実習室		
講師	きたがわ <small>みずお</small> 北川 瑞緒 さん (福山地域活動栄養士会)		
持参物	エプロン・マスク・三角巾・ 自分用の手拭きタオルとふきん		
材料費	500円前後 (参加人数により決まります)	定員	約10名
締切り	2月3日(金)		

日時	2月16日(木) 10:00~12:00		
場所	支援センター 会議室		
講師	福山市保健所健康推進課 保健師 福山地域活動栄養士会 栄養士		
持参物	筆記用具		
参加費	無料	定員	約10名
締切り	2月13日(月)		

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：2月4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：2月2日(木)



日曜日の

お楽しみ講座

日時：1月22日(日)
 13:30~15:30
 場所：支援センター 会議室
 内容：映画鑑賞「奇跡の人」
 参加費：無料

申し込み不要です。お気軽にどうぞ!!

講座の様子

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。

4月



5月



6月



7月



8月



9月



10月



11月



12月



すまいる



たのしい体操



ゆったりヨガ



初心者パソコン



パソコン(中級)



これからも多くの参加をお待ちしています♡

交流サロンすまいる

1月28日(土) 13:30~15:30
 支援センター 会議室

どなたでもお気軽に
 お越しください。
 楽しいひと時を
 過ごしましょう



1月の講座

- 1/ 7(土) たのしい体操
- 1/14(土) パソコン講座(中級)
- 1/21(土) 笑いヨガ
- 1/22(日) 日曜日のお楽しみ講座
- 1/28(土) すまいる
- 1/30(月) ペーパークイリング

フフちゃん

この風どう!?



松岡正明さんフォトギャラリー



朝景

支援センターのできごと

新年あけまして

おめでとうございます。



お正月にはどこの家の玄関にもしめ縄が掛かっていますね。

先日、支援センターのお楽しみ講座で「しめ飾り」を作りました。参加されたみなさんは、縄を編むところから始められて、悪戦苦闘しながら、立派なしめ飾りができあがりしました。



講師の小林さんは「呼んでいただきありがとうございます。笑顔のみなさんとの出会いが、僕の人生をより豊かに楽しくしてくれます。」と言われていました。



支援センターは参加されたみなさんとの交流の場です。今年もみなさんに喜んでもらえる教養講座やお楽しみ講座をいろいろ企画しますので、お友達をお誘い合わせてご参加くださいね。



お知らせ

- 相談員の活動内容です。お気軽にお越しください。
- 第2(月) 午前:脳トレ (1月は祝日のためお休み)
- 第2(木) 午後:手話指導のアドバイス
- 第1(金) 午後:絵を楽しもう ~大人の塗り絵~
- 第3(土) 午後:「目で聴くテレビ」
~全国ろうあ者大会(広島会場)の様子~
- 第4(日) 午前:日本手話を学ぼう ~身近な話で~
- 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。

1月	月	火	水	木	金	土	日				
午前							休所				
午後											
夜間											
	2	3	4	5	6	7	8				
午前	休所	休所	休所	休所	★	たのしい体操 支援センター	休所				
午後											
夜間											
	9	10	11	12	13	14	15				
午前	休所	手話研修 A 北部市民センター	難聴手話 すこやかセンター	★	手話研修 B 東部市民センター	パソコン講座 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							休所				
	16	17	18	19	20	21	22				
午前	公民館手話 神村公民館	休所	休所	休所	★	公民館手話 手城公民館	笑いヨガ 支援センター				
午後	手話研修 B すこやかセンター						休所	休所	★	★	(日)のお楽しみ講座 支援センター
夜間											
	23	24	25	26	27	28	29				
午前	★ 公民館手話 神村公民館	休所	休所	★	休所	公民館手話 手城公民館	休所				
午後	手話研修 A すこやかセンター							難聴読話 すこやかセンター	★	すまいる 支援センター	
夜間	休所							休所	休所	休所	
	30	31	★ = 相談員駐在日								
午前	公民館手話 神村公民館	休所									
午後	ペーパークイック 支援センター							音声入力 西公民館			
夜間	休所		休所								

2月	月	火	水	木	金	土	日		
午前			1	2	3	4	5		
午後			休所	休所	★	公手話			
夜間			休所	休所	休所	休所			
	6	7	8	9	10	11	12		
午前	公手話	休所	休所	★	お菓子作り	PC中級	休所		
午後	手話研A							難聴手話	手話研B
夜間	休所							休所	休所
	13	14	15	16	17	18	19		
午前	★ 公手話	休所	休所	★	★	★	字幕		
午後	休所						休所	休所	PC要約
夜間	休所						休所	休所	休所
	20	21	22	23	24	25	26		
午前	公手話	休所	休所	休所	休所	★	休所		
午後	手話研A							難聴読話	すまいる
夜間	手話研B							休所	休所
	27	28	さんりん車さんの音声入力は未定です ★ = 相談員駐在日						
午前	★	休所							
午後	休所								
夜間	休所								

■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)