

福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

182号
2024年
12月1日
西町1丁目19-2

講座を通して、
聴覚障がい者の方との
交流をしています。
手話がわからなくても
大丈夫！！
お気軽にどうぞ。

すべての講座に、**手話通訳・要約筆記**が付きます。
どなたでも参加できます。みんな一緒に交流しましょう。



1月の講座



健康講座

からだを守る いい話

テーマ 「**脳血管の病気や障害**」

聞きたいことを、気軽に聞ける
お話の場です。お気軽にどうぞ！！



日時	1月17日(金) 13:30~15:30		
場所	支援センター 会議室		
講師	来山 典子(きたやま のりこ)さん (広島県手話通訳問題研究会 医療班)		
持参物	筆記用具	参加費	無料
定員	約12人	締切り	1月14日(火)

冬になり気温が下がると、脳梗塞やくも膜下出血のような、脳血管の病気などを引き起こすことがあるという話を聞きます。
病気は他人事とは思わず、病気の症状や日常生活の注意点などを学びましょう。



お料理講座

講義と調理

冬の薬膳料理



今年度1年間を通して行ってきた薬膳料理の最終回です。

からだを温め血の巡りをよくする冬におすすめの料理を教えてください、あたたまりましょう♡

《メニュー》



手軽にできる
薬膳鍋



薬膳おはぎ



日時	1月25日(土) 10:00~13:00		
場所	支援センター 会議室・西交流館 実習室		
講師	張 恵燕(チョウ ケイエン)さん		
持参物	エプロン・マスク・三角巾・飲み物・ 自分用の手ふきタオルとふきん・筆記用具		
材料代	1,000円	定員	約12人
締切り	1月17日(金)		

* 10:00~講義 11:00~調理・試食・片付けです

年間の講座

いきいき講座

「たのしい体操」

1月の「たのしい体操」は、年末年始の
休暇中のため、**お休み**です。
次回は**3月1日(土)**です。



お知らせ

手話・要約筆記のある健康診査

日時：3月17日(月)10:00~

対象者：聴覚障がい者

手話、要約筆記サークル会員

《申し込み方法》

- ◆ 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か郵送か持参する

福山ろうあ協会、福山市難聴者・中途失聴者協会の会員の方には、個別に案内を郵送しています。

会員外の聴覚障がい者の方は支援センターに申し込み用紙がありますのでお越しください。不明な点は支援センターにおたずねください。

申込み締切り：1月14日(火)

日曜日の楽しみ会

日時：1月12日(日)10:00~12:30

場所：支援センター 会議室

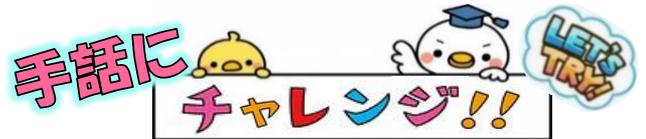
内容：DVD鑑賞(字幕付き)

「フォレスト・ガンプ」1994年作品

人より知能指数は劣るが、純真な心と恵まれた身体を持つ主人公。母親に普通の子どものように育てられ、小学校で優しく美しい少女と運命的な出会いを果たす。

俊足をかわれて、アメフト選手として入学した大学ではスター選手として活躍。心ない人からはからかわれつつも、それ以上に良き心を持つ周囲の人々の協力を受けて数々の成功をおさめ同時に幸福を周囲にもたらしていく半生を描いた、笑いあり涙ありのヒューマンドラマ。

無料★申し込み不要です お気軽にどうぞ!!



《上手》

片方の手をのぼし、もう片方の手のひらで腕からなでおろす



《下手》

片方の手首にもう片方の手のひらを当ててはね上げる



◆ ろうあ者相談員駐在日 ◆

第3金曜 13:00~16:00 (手話指導の相談もできます)

第4日曜 9:00~12:00 (10~12時 日本手話の学習)

第4月曜 14:00~17:00 (脳トレもできます)

◆ 難聴者相談員駐在日 ◆

第4土曜 13:00~17:00 (携帯用お財布ボードも作れます)

※ 相談員の都合により不在の日もあります。

最終ページのカレンダーをご確認ください。

※申し込みは不要です。相談も受け付けます。

【職員の勤務予定】

	日	月	火	木	金	土
門田	9~17	14~17	第2 10~12	13~17	休	休
西中	休	休	10~16	10~16	休	10~16
黒木	休	休	第2・4 10~16	休	第1・3 10~16	休
谷井	休	8:45~17:30				

※ 毎週(水)、第1・3(日)、祝日は休所日です
※ 仕事の都合等で変更になる場合もあります

支援センターで開催する講座の希望があれば、リクエストをお願いします。
講座企画の参考にさせていただきます。





講座の様子と感想

10/5 いきいき講座「ゆったりヨガ」



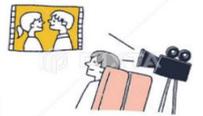
- ・首の動きが楽になり、とても良くなった。
- ・ヨガをこれから続けて10年若返るぞ。
- ・気持ちが落ち着いて楽になってよかった。
- ・山中先生のヨガは大好き。毎月あれば、うれしい。



10/13 日曜日のお楽しみ会



- ・「諦めないところ」と「チャレンジする勇気」はいつになってもどんな時も必要であると感じた。
- ・映画を観ることで大事なことを知ることができた。



10/12 パソコン講座 初級



- ・図形の作業は楽しい。
- ・家ででの復習も頑張りたい。
- ・ゆっくり丁寧に教えてくださり、次回も楽しみ。

10/18・11/1 お楽しみ講座「クラフトバンドバッグ」



- ・作品がだんだんと出来上がっていくのが楽しかった。
- ・親切、丁寧に教えてくださり、感謝。
- ・宿題があって大変でしたが、補講もしていただいて良かった。



10/12 パソコン講座 中級



- ・新しい発見もあり、楽しく学習できた。
- ・今まで出来なかった部分を知ることが出来た。

10/19 大極拳



- ・体力が付いて体が温まった。
- ・初めての参加、思ったよりきつい運動でしたが、楽しかった。
- ・気持ちよく、体を動かせた。



10/24 お料理講座「秋の薬膳料理」



- ・味がとても優しくて美味しかった。
- ・スペアリブ、カレー炊き込みご飯は初めての味で、とても美味しかった。
- ・家でも主人に作って食べさせたい。
- ・張先生の明るい人柄に惚れて、参加してよかった。



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

12月	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	休所			休所			ゆったいヨガ 支援センター
午後				難聴手話 支援センター			
夜間							
	8	9	10	11	12	13	14
午前	日曜日のお楽しみ会 支援センター			休所			PC初級 支援センター
午後	手話研修 A 労働会館みやび	手話研修 A すこやかセンター					PC中級 支援センター
夜間					手話研修 B 西部市民センター		
	15	16	17	18	19	20	21
午前	字幕 すこやかセンター			休所	そば打ち 長浜交流館		
午後	PC要約 すこやかセンター		音声入力 支援センター			★	しめ飾り 支援センター
夜間	休所	手話研修 B すこやかセンター					
	22	23	24	25	26	27	28
午前	★			初心者PC要約 すこやかセンター	お正月の生花 支援センター	休所	
午後		★ 太極拳 西交流館		難聴読話 支援センター			
夜間		手話研修 C かななべ交流センター		休所			
	29	30	31	★ = 相談員駐在日 12/27(金)～1/5(日)まで年末年始のため休所です 12/28(土)は年末年始の休所のため相談日はお休みです			
午前	休所						
午後	休所						
夜間	休所						

1月	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4			
午前	★ = 相談員駐在日			休所			
午後	1/27(月)は都合により 相談日はお休みです						
夜間							
	5	6	7	8	9	10	11
午前				休所			PC初級
午後	休所		手話研A	難聴手話			PC中級
夜間						手話研B	
	12	13	14	15	16	17	18
午前	お楽しみ会			休所			
午後		休所		難聴読話		★ いい話	
夜間							
	19	20	21	22	23	24	25
午前	字幕			初PC要約			薬膳料理
午後	PC要約	手話研A		休所		★	
夜間	休所	手話研B					
	26	27	28	29	30	31	
午前	★			休所			
午後			音声入力				
夜間		手話研C					

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

奥津溪の秋

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 ホムペーヅ:http://fukurou1947.com
 開所時間:9:00~17:00 休所日:水曜日 第1・第3日曜日 祝日(土・日が祝日の場合は開所)