

福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

183号
2025年
1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。



2月の講座



お料理講座

バレンタインの お菓子

日時	2月13日(木) 10:00~12:00		
場所	西交流館 実習室		
講師	こやま えみこ 小山 恵美子 さん (アトリエ そら 料理教室)		
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	2月6日(木)	コーヒーぜんざい	

バレンタインが近づくと、お菓子作りをしたくなりませんか？
大切な人へ、仲良しのお友達へ、
日頃頑張っている自分へ・・・
おいしくてかわいいお菓子を心を込めて作りましょう♡♡



チョコレート
バーグ



クッキー
ブラウニー



コーヒーぜんざい

「チョコレートバーグ」と「クッキーブラウニー」はかわいいラッピングをして持って帰っていただきます。



お楽しみ講座

うさぎの ひな人形

日時	2月21日(金) 10:00~12:00		
場所	支援センター 会議室		
講師	くりた きょうこ 栗田 京子 さん (スタジオ パル)		
持参物	縫い針・はさみ 糸(白と赤)	材料代	1,000円
定員	約12人	締切り	2月14日(金)

着物や帯、古布などを使って作る
かわいいうさぎのひな人形です。
ちょこんと座っている姿を見ると
いやされます。
ひな祭りを前に作ってみませんか。



高さ：7cm、横幅：6cm です

年間の講座

いきいき講座

ゆったりヨガ

月1回「体」のための1日を
設けて健康に過ごしましょう！



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1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：1月30日(木)

日曜日のお楽しみ会

日時：2月9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) 2016年作品
「僕の妻と結婚してください」

バラエティ番組の放送作家の三村修治。体に異変を感じて受けた検査の結果は、余命6ヶ月の末期のすい臓がん。放送作家として世の中のさまざまなことを「楽しい」に変えてきた修治は、自分がいなくなったあとも、妻が前を向いて生きていけるようにある企画を思いつく。それは、自分が死んだ後の妻の新たな結婚相手を探すことだった。まさに命をかけた一世一代のプロジェクト。そして迎える最高のエンディングとは？

無料★申し込み不要です お気軽にどうぞ!!

健康講座

太極拳

たいきょくけん



太極拳は、体内のバランスを理想的な状態に保ち腰痛・肩こり・ストレス解消などに大きな力を発揮します。一緒に体験しませんか？

日時：2月15日(土) 13:30~15:30

場所：西交流館 会議室

講師：三島 えみ子(みしま えみこ)さん

持参物：飲み物・タオル

定員：約12人

締切り：2月13日(木)



手話に

チャレンジ!!

《好き》

のどに向けて広げた親指と人差し指を斜め下へおろしながらとじる



《きれい》

のどに向けてとじた親指と人差し指を開きながら前へ出す



◆ 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 (携帯用ホワイトボードも作れます)

※ 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
青山	休	休	10~16	休	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

11/2 いきいき講座「たのしい体操」



- ・筋肉がやわらかくなり、肩の凝りもやわらぎよかった。
- ・最初、しんどかったが、休みながら動かしていたら呼吸が楽になった。
- ・気分がいい。まだ続けてほしい。



11/16 お楽しみ講座「押し花カレンダー」



- ・細かくて難しかったが、できあがったらとても素敵なカレンダー、うれしい。
- ・楽しい企画、今回も楽しかった。
- ・先生の押し花の準備には感動した。
- ・楽しいので、来年も挑戦したい。



11/19 お料理講座「フルーツタルト」



- ・初めてのタルトケーキ作りができてうれしかった。
- ・オープン等設備の関係でバタバタと忙しかったが、楽しく作ることができた。
- ・家ではなかなかやる気にならないので、このような講座はとてもうれしい。



11/10 日曜日のお楽しみ会



- ・前向きな気持ちで生きていく明るい気分になり、とてもよかった。
- ・人生、いろいろあるなあ。
- ・とても感動した。

11/9 パソコン講座 初級



- ・優しく丁寧な講師の指導のおかげで楽しく学べた。
- ・何度も教えていただけるので、帰ってから練習しやすい。

11/9 パソコン講座 中級



- ・差し込み印刷、やったことがないので、教えて頂けてよかった。
- ・毎回、新しいことを学べて感激。あとは復習あるのみ。

10月・11月 交流館の手話教室(瀬戸・春日)



- ・わかりやすく、優しく丁寧に教えていただき、知らなかったことをたくさん学べた。
- ・手話は口形や表情も大切だとわかった。
- ・要約筆記のことも知らなかったので勉強になった。



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

1月	日	月	火	水	木	金	土	
	 ★ = 相談員駐在日 1/27(月)は都合により相談日はお休みです 				1	2	3	4
午前	休所							
午後								
夜間								
	5	6	7	8	9	10	11	
午前	休所			休所			PC初級 支援センター	
午後			手話研修 A 北部市民センター	難聴手話 支援センター			PC中級 支援センター	
夜間				休所		手話研修 B 北部市民センター		
	12	13	14	15	16	17	18	
午前	日曜日のお楽しみ会 支援センター	休所		休所		★ からだを守るいい話 支援センター		
午後				難聴読話 支援センター				
夜間				休所				
	19	20	21	22	23	24	25	
午前	字幕 すこやかセンター			初心者PC要約 すこやかセンター			薬膳料理 支援・西交流館	
午後	PC要約 すこやかセンター	手話研修 A すこやかセンター		休所			★	
夜間	休所	手話研修 B すこやかセンター						
	26	27	28	29	30	31		
午前	★			休所				
午後			音声入力 支援センター					
夜間		手話研修 C かななべ交流センター						

2月	日	月	火	水	木	金	土	
	★ = 相談員駐在日  2/24(月)は祝日のため相談日はお休みです							1
午前	休所							ヨガ
午後								
夜間								
	2	3	4	5	6	7	8	
午前	休所			休所			PC初級	
午後			手話研A	難聴手話			PC中級	
夜間		字幕						
	9	10	11	12	13	14	15	
午前	お楽しみ会		休所	休所	バレンタイン のおかし			
午後	PC要約	手話研A						太極拳
夜間					手話研B			
	16	17	18	19	20	21	22	
午前	休所			休所		ひな人形		
午後			手話研C			★	★	
夜間			手話研B					
	23	24	25	26	27	28		
午前	★	休所		初PC要約				
午後			音声入力	難聴読話				
夜間				休所				

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



阿伏兔の初日の出に野鳥