

西宮市総合福祉センターだより

2019年 4月 NO.58
 へんしゅう はっこう しゃかいふくしほうじん
 編集・発行 社会福祉法人
 にしのみやししゃかいふくしきょうぎかい
 西宮市社会福祉協議会

西宮市 染殿町 8-17
 TEL (0798)33-5501
 FAX (0798)35-1132
 ホームページ <http://www.n-shakyo.jp>

センターでは、いろいろな文化教室を開催しています！！2019年度もお楽しみに。

楽しいお菓子作り

メニュー フレッシュエル・ショコラ
 (フレッシュエルクッキーのチョコ掛け)
 ロッシュェ (卵白の焼き菓子)
 サラメ・デイ・チョコレート
 (チョコサラミのカカオ味と抹茶味)

講師：兵庫栄養調理製菓専門学校

副校長 深澤 譲 氏



親子クッキング教室

～アートなちぎりパン作り～

講師：磯部典子氏
 (パン教室リッシュュ主宰)



おひな様をイメージして！

- ・チューリップ・マーガレット・桃
- ・ストロベリーキャンドル
- ・ピットスポルムを使って、春を感じるアレンジメントになりました。

フラワー
アレンジメント
教室
 講師：フラワーサロン
 サンクフローラ
 飛弾 恵美子 先生

タイ料理

～アジアを感じて～

講師 芳賀 真実氏
 (アジア料理研究家
 タイ料理教室主宰)



バナナの
 ココナツ
 ミルク煮

トムヤムクン



ガパオライス タイ風春雨のサラダ



～2018年度の文化教室～

- ・料理教室 (夏と冬)
- ・お菓子作り教室
- ・ハーバリウム作り
- ・モダンしめ縄作り
- ・ハロウィン飾り作り
- ・フラワーアレンジメント
- ・クリスマスカード作り
- ・親子クッキング
- ・歌とお話し会
- ・和太鼓教室・書道教室
- ・健康講座・防災講座

【西宮市総合福祉センター改修工事のお知らせ】

2018年9月より実施しております改修工事につきましては、皆さまに騒音などによりご迷惑をおかけし申し訳ありません。①2019年5月～8月中旬まで別館2階各室 ②2019年8月～11月中旬まで本館4階各室が使用できません。予定ですので、工事の進捗状況により前後いたしますことをご了承下さい。今後ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力の程をよろしくお願いいたします。





教室・行事のご案内



ワンポイント体操

【日時】 毎週月曜日(4/8と祝日を除く)
13:00~13:30

【内容】 ウォーキングやストレッチ、ラジオ体操など

【場所】 福祉センター 体育室

【対象】 どなたでもご参加できます

【申込】 当日受付



水中ウォーキング

【日時】 毎月3回(日程は予定表をご確認ください)
9:45~、10:45~、15:15~

【内容】 水中での歩行や運動を30分間

【場所】 福祉センター プール

【対象】 どなたでもご参加できます

【申込】 当日受付



スポーツDAY

【日時】 4月14日(日) 13:00~15:00

【内容】 レクリエーションスポーツ

【場所】 福祉センター 体育室

【対象】 障害のある方と介護者

【申込】 当日受付



ボッチャDAY

【日時】 4月16日、5月21日、6月18日
各火曜日 10:30~12:00

【内容】 ボッチャの体験

【場所】 福祉センター 体育室

【対象】 どなたでもご参加できます

【申込】 当日受付



水泳記録会

【日時】 4月29日(月祝) 9:15~12:00

【内容】 水泳の記録測定、泳法確認

【場所】 福祉センター プール

【対象】 障害のある方と介護者

【申込】 4月10日(水)~



フライングディスク大会

【日時】 6月9日(日) 10:00~15:00

【内容】 アクセラシー5m個人戦、団体戦、
ゲームコーナー

【場所】 福祉センター 体育室

【対象】 障害のある方と介護者

【申込】 5月10日(金)~



***その他の教室(卓球・水泳等)については、5月~申込み開始、6月~実施の予定です。**

★第13回 兵庫県障害者のじぎくスポーツ大会の日程★

- ★車いす使用者…4月28日(日)ユニバー記念競技場
- ★水泳…5月12日(日)三木山総合公園屋内プール
- ★卓球(精神)…5月17日(金)障害者スポーツ交流館
- ★卓球(身体・知的)…5月18日(土)障害者スポーツ交流館
- ★ボウリング…5月19日(日)神戸六甲ボウル
- ★陸上、フライングディスク、ソフトボール、サッカー…
5月25日(土)三木総合防災公園
- ★バスケットボール、バレーボール…5月26日(日)障害者スポーツ交流館
- ★サウンドテーブルテニス…5月31日(金)障害者スポーツ交流館

応援よろしくお願いします!!



☆ふれあいポッチャ大会の報告☆



12月5日(水)・15日(土)に福祉センターで、1月19日(土)に山口センターで“第6回 ふれあいポッチャ大会”が開催されました。ポッチャを通して、障害のある方もない方も一緒に交流しながら楽しむことを目的とした大会です。みなさん、真剣ながらも和気あいあいとした雰囲気に参加されてました。12月5日は“かわらぎファミリーズAチーム”、12月15日は“レインボーチーム”、1月19日は“YM会チーム”が優勝しました。おめでとうございます☆



☆Jダーツ交流会☆



2月10日(日)に福祉センターにて“Jダーツ交流会”が開催されました。Jダーツはボードダーティングとも言い、ダーツを優しいルールに変えた種目です。今回は、福祉センター所属サークルのトラスのメンバー中心に和やかな雰囲気で開催されました。



☆卓球祭りの様子☆



3月10日(日)に福祉センターにて“第18回卓球祭り”が開催されました。



競技大会ではなく、講師の方々による技術指導・模範演技や、車イス卓球体験、卓球バレー、的当てなどのゲームコーナーなどを楽しむ行事で、卓球好きの方々が大勢参加され賑わいました。



「リハビリセンター 外出訓練」

平成31年2月22日(金)に、西宮ガーデンズに行ってきました!今回は14人の参加がありました。

移動、食事、買い物・・・と様々な場面で、それぞれが自分の課題に取り組みました。「不安だったけど、歩けた」「前よりも、できた」「もっと頑張らないと!」などの感想が聞かれました。



[リハビリセンターへの
お問い合わせ]
Tel.0798-34-1015
(※土・日・祝を除く
9時~17時)

「レクリエーション・スポーツ教室」

昨年10月~12月の間に、スポーツ指導員とリハビリセンター理学療法士による教室を開催しました。

内容はリハスタッフによる体操と、スポーツ職員によるスポーツです。毎回違うスポーツを、みんなで楽しみました。また教室参加者でチームを組み、「ふれあいポッチャ大会」にも、参加しました。

今年度も、秋に開催する予定です。興味のある方、ぜひご参加ください!

「スポーツとリハビリの連携事業」

・「水中ウォーキング教室」・「ワンポイント体操」月に一回、理学療法士が参加します。詳しくは、館内ポスターをご覧ください。



西宮市視覚障害者図書館

[お問い合わせ]Tel. 0798-34-5554
(※土・日・祝を除く9時~17時30分)
メールアドレス<n-shito@hcc5.bai.ne.jp>

4月~6月

体育施設利用日のご案内



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |

○ 全館休館日(設備点検及び清掃等)
■ 体育施設休業日



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

★日程は、変更することもありますので、月ごとの予定表でご確認ください。

総合福祉センターからのお願い

当センターの駐車場は、障害のある人が優先となっております。台数に限りがありますので、できる限り公共交通機関をご利用ください。また、満車の際には市役所東館、フロンテ駐車場、コインパーキングなど、お近くの駐車場などもご利用ください。皆様のご理解、ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | | | | | | |

*体育施設の詳細予定は、前月25日に出ます。