

# 西宮市総合福祉センターだより

2020年1月 NO.61

編集・発行 へんしゅう はっこう 社会福祉法人 しゃかいふくしほうじん

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>



## 【西宮市総合福祉センター改修工事完了のお知らせ】

2018年9月より実施しておりました改修工事につきましては、2019年11月末にて、無事終了いたしました。皆さまのご理解・ご協力に感謝いたします。

### お知らせ

12月より本館が貸室として使用できるようになりました。会議室401・会議室402・会議室403・会議室404・会議室405です。

なりますように  
二〇二〇年に  
キラキラ  
輝く  
賀正



### 月 事業系の教室報告 月

12月17日、アクセサリー作り教室を開催しました。クリスマスイメージしたネックレスとブローチを作り、いつもと違ったおしゃれな雰囲気を楽しみました。



11月26日、クリスマスフラワーアレンジメント教室を開催しました。

サツマ杉・スプレーバラ・ヒペリカムを使用してツリーを作り、ガラスボールとベルで飾りました。

サツマ杉をツリーのようにするところが少し難しかったようですが、皆さん素敵なツリーが完成して、喜んでいました。

PIC-COLLAGE



### 総合福祉センターからのお願い



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、フレンテ駐車場、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。



# 行事・教室のご案内

## シネマサロン「シネマデイジー体験会」

【日時】1月17日(金) 13:30～

【場所】総合福祉センター別館2階 大集会室

【対象】視覚障がいのある方と介護者・ご家族

【上映作品】『くじけないで』(2013年製作)

深川栄洋監督。詩人・柴田トヨさんの詩集を映画化。

八千草薫さんが58年ぶりに主演した作品です。

【主催】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](mailto:n-shito@hcc5.bai.ne.jp)

ひやくじゃくかい

## 読書会「百雀会」

【日時】1月10日(金)・3月13日(金)

10:00～12:00

【場所】総合福祉センター本館4階

会議室405

【内容】本を通して楽しくおしゃべり！当日はその場で短い文章を読んで、フリートークを行います。事前準備は不要。普段本を読まない方でも気軽に参加できます。

【対象】障がいのある方 ※当日自由参加

## 水泳記録会

【日時】1月12日(日) 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】障がいのある方

【申込】受付中



## 和太鼓教室



\*18歳未満の部

3月20日(金)・21日(土)・26日(木)・28日(土)・29日(日) 計5回シリーズ

開催時間：13:30～14:15/14:30～15:15

場 所：総合福祉センター 別館2階 大集会室

対 象：18歳未満の市内在住・在勤・在籍の障害者

手帳のある方とその保護者(介護者)

※定員20組40名

(応募多数の場合は抽選を行います)

2/28(金)までにお申し込み下さい。

(成人の部は1月開催のため、申し込みは終了しています。)

## Jダーツ交流会

【日時】2月9日(日)14:15～16:15

【内容】Jダーツの大会

【場所】福祉センター 体育室

【対象】障がいのある方

(但し、Jダーツ教室参加者と福祉センターのダーツサークルメンバーに限る)

【申込】1月11日～



## 卓球祭り

【日時】3月8日(日)13:15～16:30

【内容】卓球の技術指導、ゲームコーナーなど

【場所】福祉センター 体育室

【対象】障がいのある方

【申込】2月10日～



## 歌とお話し会



【日時】3月26日(木)11:00～

【場所】総合福祉センター 別館2階 大集会室

【対象】どなたでも ※当日自由参加

5月の“兵庫県障害者スポーツ大会”については、2月～申込、3月～練習会の予定です(詳細は未定)。



## “いきいき茨城ゆめ大会”について

10月12日(土)～14日(月祝)に茨城県にて、第19回全国障害者スポーツ大会“いきいき茨城ゆめ大会”が開催される予定でしたが、台風19号接近のため中止となりました。代表として選ばれていた選手の皆様にとっては、とても残念であったと思いますが、また来年以降の大会出場を目指し、頑張ってください！！



## なかよしスポーツDAY

- 【日時】月2回(各金曜)実施中  
17:00~18:00  
【内容】放課後の時間に楽しく体を動かす  
【場所】福祉センター 体育室  
【対象】小学6年までの障がいのある方  
【申込】随時



## スポーツDAY

- 【日時】1月13日(月祝)…レクリエーションスポーツ  
2月11日(火祝)…卓球バレー  
3月20日(金祝)…車いすスポーツ  
各13:15~14:45  
【内容】月替わりでのスポーツ体験  
【場所】福祉センター 体育室  
【対象】障がいのある方と介護者・ご家族  
【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~(障)、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】どなたでも参加可  
【申込】当日受付



## ワンポイント体操

- 【日時】毎週月曜(最終月曜は障がいのある方のみ)  
13:15~13:45  
【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】どなたでも参加可  
【申込】当日受付



## ボッチャDAY

- 【日時】1月21日、2月18日、3月17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】どなたでも参加可  
【申込】当日受付



## サウンドテーブルテニス教室

- 【日時】2月10日~3月23日(各月曜)  
10:15~11:45 計3回  
【内容】音を聞いて行う卓球の練習  
【場所】福祉センター 体育室  
【対象】障がいのある方  
【申込】1月6日~



## ローリングバレーボール大会の報告☆



11月10日(日)に“西宮市総合福祉センター杯ローリングバレーボール大会”が開催されました。ローリングバレーとは、ネットの下にボールをくぐらせて行うバレーボールです。兵庫県内の3チームと福祉センターチームの計4チームが参加しました。優勝は、西宮メッツでした。

## クリスマス会の様子☆

12月8日(日)にクリスマス会が開催されました。グループ玉手箱による人形劇や玉入れ大会、仮装コンテスト、ピンゴなど。今回は、ダンススタジオ“キープイットライト”のみなさんによるダンスショーもあり、大いに盛り上がりました。



## 「外出訓練」に出かけて

今回は、11月8日(金)に、阪急西宮ガーデンズに「電車」「バス」の2グループに分かれて行ってきました!

「バス」グループは、病気後初めての利用ということで緊張されていましたが、乗ってからは車窓の景色を眺めながら、笑顔も見ることができました。

みなさん、それぞれ自分の目標を立ててとりくみました。

\*「外出訓練は、リハビリセンターの利用者を対象とした教室です。屋外を歩く力がどれくらいあるか、電車に一人で切符を買って乗れるか・・・など、実際の生活の場面で評価・指導をするプログラムです。」



7名の方が参加されました。

## リハビリセンター 利用案内



リハビリセンターでは、地域で暮らす身体に



障害のある方が自主的に訓練に取り組めるよう、医療専門職（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・看護師）がその方に合わせたリハビリ支援を行ないます。

### 【利用できる方】

- ・「身体障害者手帳※」をお持ちの方
  - ※肢体（上肢・下肢・体幹）の障害・言語の障害に該当する方
- ・15歳以上の方 ・症状が安定し、医療的ケアを必要とされない方
- ・当センター医師の判定により利用可と認められた方

【利用料金】300円（ご利用のつと、お支払いいただきます。）

【受付時間】9時～11時半・13時～17時

【休業日】土・日・祝日・年末年始

### 【お問い合わせ】

リハビリセンター  
TEL0798-34-1015  
(※土・日・祝を除く  
9時～17時)



## 1月～3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	31	

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

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				

- 全館休館日(設備点検及び清掃等)
- 体育施設休業日

★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。

\*体育施設の詳細予定は、前月25日に出ます。  
■ プールのみ休み(清掃)