

ほのぼの通信

4月




※市内にお住まいの障害者手帳（身体・療育・精神）をお持ちの方が利用できます。

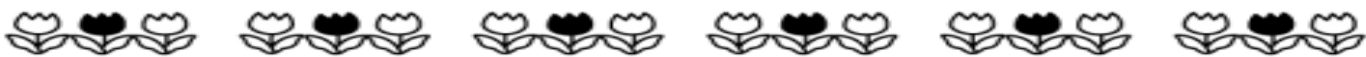
月	火	水	木	金	土	日
	1 栗クラブ 10:00～12:00	2 スポーツを 楽しもう 「ポッチャ」 10:00～11:30	3 習字同好会 13:30～15:00	4 パソコン入門 10:00～12:00	5 	6 ふでふで工房 13:30～15:00
7 休館日	8 栗クラブ 10:00～12:00 	9 あったか クッキング 10:00～13:00	10 楽しむ ハーモニカ 10:00～11:30 ※詳しくは裏面参照	11 パソコン入門 10:00～12:00	12 チャレンジ クッキング 10:00～12:30 ※詳しくは裏面参照	13 
14 休館日	15 栗クラブ 10:00～12:00	16 うたの花束 10:00～11:30	17 習字同好会 13:30～15:00	18 パソコン入門 10:00～12:00	19  	20 はーとらんど 10:30～11:30
21 休館日	22 栗クラブ 10:00～12:00	23 つどい 「季節のクッキング」 10:00～13:00 ※詳しくは裏面参照	24 	25 パソコン入門 10:00～12:00	26 	27 
28 休館日	29 祝日休館日 (昭和の日)	30 				

「ふでふで工房」参加者募集！！

知的障害者のための習字教室です自分のペースでゆっくり習うことができます。毎月第1日曜日に開催しています。

日時 毎月第1日曜日13:30～15:00
場所 総合福祉センター
参加費 無料
持ち物 習字道具
※事前に申し込みが必要です。





スポーツを楽しもう

『ボッチャ』

ヨーロッパ生まれのパラリンピック正式種目です。体を動かしながら頭の体操にもなります。一緒に楽しみましょう。

日時 **4月2日(水)**

10:00~11:30

場所 総合福祉センター4階 大会議室

指導 大本勝己さん

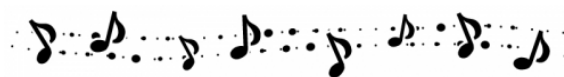
定員 10名

参加費 無料



※事前に申し込みが必要です。

楽しむハーモニカ



ハーモニカは子どもの時以来という方もどうぞ。始めてみませんか？楽しくリハビリにも役立ちます。

日時 **4月10日(木)**

10:00~11:30



場所 総合福祉センター2階 会議室

講師 井手正さん

持ち物 ハーモニカ

参加費 無料

参加者
募集中

※事前に申し込みが必要です。



チャレンジクッキング

初めてでも大丈夫！挑戦してみよう！

知的障害者のための料理教室です。休日に美味しい料理を作って食べて楽しみましょう。毎月第2土曜日に開催します。

日時 **4月12日(土)、5月10日(土)**

10:00~12:30

場所 総合福祉センター3階 調理実習室

講師 塩村範秀さん

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん2枚

参加費 500円(材料代)

※事前に申し込みが必要です。



4月 つどい

『季節のクッキング』

旬の食材を使って料理を楽しみましょう。

日時 **4月23日(水)**

10:00~13:00

場所 総合福祉センター3階 調理実習室

講師 岡本節子さん

定員 15名(定員になり次第締め切ります)

参加費 500円(材料代)

5月 『お茶会』

日時 **5月28日(水)**

10:00~11:30

詳細は5月のお便りでお知らせします。

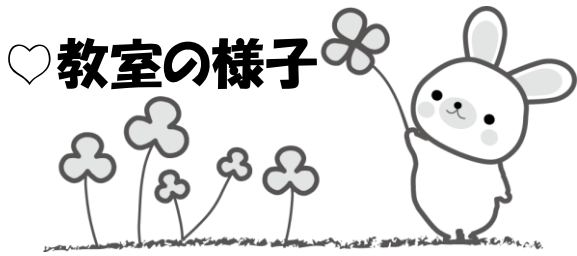
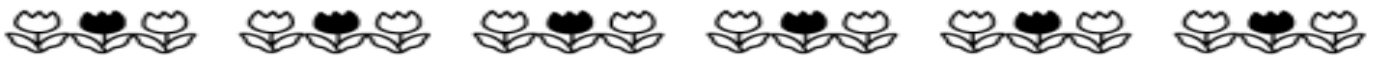
♡♡♡♡ 「はーとらんど」 参加者募集！！ ♡♡♡♡

知的障害者のための休日の集いの場所です。楽しくおしゃべりしましょう。毎月第3日曜日に開催しています。事前に申し込みが必要です。

日時 **4月20日(日)10:30~11:30**

場所 総合福祉センター1階 小会議室





【はーとらんど】



【チャレンジクッキング】



【スポーツを楽しもう～スポーツ吹き矢】



【ふでふで工房作品展】



尾道市役所1階市民交流スペースで開催しました。たくさんのご来場ありがとうございました♪

※新年度も安心安全に楽しんでいただけるような教室を開催します。障害者福祉センターのご利用をお待ちしています。

【尾道市障害者福祉センター教室案内 2025年度】

◎市内在住の障害者手帳をお持ちの方が対象です。

◎年度利用初回にセンター利用申込書への記入と障害者手帳の提示が必要です。（年度更新）

講座名	開催日時	内容
あったかクッキング	第2水曜日 10:00～13:00	旬の食材を使った身体にやさしい食事メニューを提案します。健康の維持増進を図りましょう。
パソコン入門	毎週金曜日 10:00～12:00	パソコン操作初心者対象の教室です。（全48回）
楽しむハーモニカ	第2木曜日 10:00～11:30	初めての方も楽譜が読めない方も楽しむ、リハビリにも効果的な複音ハーモニカ教室です。（ハーモニカの無い方は要購入）
うたの花束	第3水曜日 10:00～11:30	電子ピアノの伴奏に合わせ、懐かしい童謡や歌謡曲を歌います。
スポーツを楽しもう	年数回開催	「ボッチャ」「フライングディスク」「スポーツ吹き矢」など楽しく身体を動かしましょう。
つどい	第4水曜日 10:00～11:30	障害者が楽しく集えるように毎月内容をかえて開催します。
チャレンジクッキング	第2土曜日 10:00～12:30	知的障害者のための教室です。ボランティアと一緒に美味しい料理を楽しみましょう。
ふでふで工房 （知的障害者のための習字クラブ）	第1日曜日 13:30～15:00	知的障害者の休日の居場所づくりに役立ててください。毛筆で書くことを楽しんでいます。
はーとらんど	第3日曜日 10:30～11:30	知的障害者の休日の居場所づくりに役立ててください。楽しくおしゃべりをしましょう。
機能回復訓練	休館日を除く毎日 9:00～17:00	リハビリにお役立て下さい。 ご利用には申し込みが必要です。

※材料費として参加費が必要な場合があります。※都合により開催日時等が変更になることがあります。

同好会

（各同好会で会費が必要です。）

栗クラブ（パソコン教室）	毎週火曜日（月4回） 10:00～12:00	パソコン操作、技術習得の同好会です。
習字同好会	木曜日（月2回） 13:30～15:00	気持ちを集中して毛筆を楽しみましょう。

～問い合わせ・申し込み先～（休館日：月曜日・祝日・年末年始）

尾道市障害者福祉センター（尾道市社会福祉協議会）

住所：尾道市門田町22番5号

電話番号：(0848)22-8385 / F A X 番号：(0848)20-0120