

ほのぼの通信



※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
食事と睡眠で夏バテを防ぎ、 元気に夏を乗り切ろう！				1 パソコン入門 10:00～12:00	2	3
4 休館日	5 栗クラブ 10:00～12:00	6	7 楽しむ ハーモニカ 10:00～11:30	8 パソコン入門 10:00～12:00	9	10
11 祝日休館日	12 振替休館日	13	14	15	16	17
18 休館日	19 栗クラブ 10:00～12:00	20	21	22 パソコン入門 10:00～12:00	23	24 ふでふで工房 13:30～15:00 『絵画教室』 ※詳しくは裏面参照
25 休館日	26 栗クラブ 10:00～12:00	27	28	29 パソコン入門 10:00～12:00	30	31

クイズ 並び替えて「夏に関する言葉」にしてみよう！

- | | |
|-----------------|-------------------|
| ① こ あ ん え | ④ う ひ り や ゆ し き |
| ② み や つ す な | ⑤ ぱ お さ ん く お か ば |
| ③ い か び な た は い | ⑥ ん す ほ ゆ う ぶ い き |

※答えは職員に聞いてね。



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？
毎月第2木曜日に開催しています。
楽しくリハビリにも役立ちます。

日時 **8月7日(木)、9月11日(木)**
10:00~11:30

場所 総合福祉センター4階 会議室

講師 井手正さん

持ち物 ハーモニカ

参加費 無料

※事前に申し込みが必要です。

新規参加者
募集中！！

ふでふで工房

『絵画教室』

知的障害者のための教室です。いつもは習字をしていますが、8月は絵を描きます。

日時 **8月24日(日)**
13:30~15:00

場所 総合福祉センター2階 会議室

講師 太田琴さん

持ち物 習字道具

参加費 無料

※事前に申し込みが必要です。



パソコン入門

初心者向け参加者募集！！

電源を入れるところからゆっくり始めます。いつからでも習うことが出来ます。興味のある方は、お気軽にご相談ください。

日時 **毎週金曜日 ※8/15(金)は休み**
10:00~12:00

場所 総合福祉センター

参加費 1人100円/月

※貸出用のパソコンがあります

※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 **9月3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 20名

参加費 無料

※事前に申し込みが必要です。



つどい『お茶会』

5月28日開催しました。
自分で点てた抹茶と和菓子は最高！！
毎月内容を変えて開催しています。
お気軽にお問い合わせください。



～障害者福祉センターだより～

2025（令和7）年

ほのぼの通信



※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 休館日	2 栗クラブ 10:00～12:00	3 スポーツを 楽しもう 『ボッチャ』 10:00～11:30	4 習字同好会 13:30～15:00	5 パソコン入門 10:00～12:00	6 	7 ふでふで工房 13:30～15:00
8 休館日	9 栗クラブ 10:00～12:00	10 あったか クッキング 10:00～13:00	11 楽しむ ハーモニカ 10:00～11:30	12 パソコン入門 10:00～12:00	13 チャレンジ クッキング 10:00～12:30	14
15 祝日休館日	16 振替休館日	17 うたの花束 10:00～11:30	18 習字同好会 13:30～15:00 よりあい広場 「ウクレレと一緒に 歌いましょう」 ※詳しくは下面参照	19 パソコン入門 10:00～12:00	20 	21 はーとらんど 10:30～11:30
22 休館日	23 祝日休館日 (秋分の日)	24 つどい 「栞づくり」 10:00～11:00 ※詳しくは裏面参照	25 	26 パソコン入門 10:00～12:00	27 	28
29 休館日	30 栗クラブ 10:00～12:00	よりあい広場 『懐かしのラテン☆日本の名曲コンサート』 日 時 10月12日(日) 場 所 4階 大会議室 演 奏 スエニョ コンティーゴ 参加費 無料 定員 100名 申込方法 電話・窓口で受付				

「ウクレレと一緒に歌いましょう」

よりあい
広場

♪初めに楽しむハーモニカ教室の演奏があります！♪

日 時 9月18日(木) 10:00～11:30
場 所 総合福祉センター4階 大会議室
演 奏 Bingo6人衆
参加費 無料
定 員 100名(当日参加もできます)
※人数把握のため事前に申し込みしてください。





あったかクッキング 参加者募集しています！

旬の食材を使って料理を楽しみましょう。食事を囲んで健康維持と交流を深めましょう。毎月第2水曜日に開催します。

日時 **9月10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

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん

参加費 500円(材料代)

※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食べて楽しみましょう。毎月開催しています。

日時 **9月13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

参加費 500円(材料代)

※事前に申し込みが必要です。



うたの花束



懐かしい童謡や歌謡曲をピアノ演奏に合わせて、みんなで歌います。脳トレや回想法も取り入れています。

日時 **9月17日(水)**

10:00~11:30

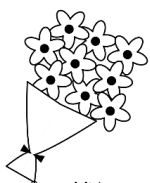
場所 総合福祉センター4階 会議室

伴奏 安藤美和子さん

定員 10名

参加費 100円(お茶・歌詞コピー代)

※事前に申し込みが必要です。



つどい

『栞づくり』



押し花を使って栞やコースターを作ります。どなたでも簡単に作ることが出来ます。

日時 **9月24日(水)**

10:00~11:00

場所 総合福祉センター4階 会議室

講師 神谷節子さん

定員 10名

参加費 100円

※事前に申し込みが必要です。



～申し込み・問い合わせ先～（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／FAX番号：(0848)20-0120