



〒182-0026 調布市小島町 2-47-1
 調布市総合福祉センター内 4階
 調布市社会福祉協議会 障がい者支援係
 障害者地域活動支援センター ドルチェ
 ☎:042-490-6675 (直通)
 受付時間 9:00~17:00
 FAX: 042-444-6606 (直通)
 メール: dolce@ccsw.or.jp



調布市障害者地域活動支援センター
ドルチェだより
 第70号 令和元年12月発行

今年もドルチェ☆でクリスマスをお過ごししましょう。

ドルチェ **クリスマスパーティー**

12月21日(土) 12時30分~15時30分

- 対象 市内在住の障がいのある方とその家族
- 内容 食べ物(つみれ汁、ロールケーキ、軽食等)
 催し物 出し物、クイズ等
- 場所 総合福祉センター2階 201~203会議室

- 参加費 300円
- 締切 12月20日(金)



イベント盛りだくさん!
 当日参加もOK!
 ぜひご参加ください♪

マジックショー
 もあるよ!



つみれ汁



picta.jp - 9785495

障がいのある方のための

うたごえドルチェ

毎月第4木曜日※

午後2時00分～3時30分

調布市総合福祉センター4階視聴覚室

参加費無料！申込み必要なし！

講師の演奏に合わせて、みんなで季節の歌や懐かしのメロディーを歌います。

皆さま気軽に参加しています♪

講師：黒澤勝子氏



※第4木曜日が祝日の場合は開催日が前後することがあります。



祝100回記念！



最初は少人数から始まりましたが、今では毎回40名ほど集まり部屋がほぼ満員となっています。

12月26日（木）で100回を迎えることになりました！

黒澤先生、ありがとう！

ドルチェ書道

「～今年の抱負を筆に託して～」

1月8日（水）

10:30～12:00

のんびり書道。

書道の先生の指導のもと
今年の抱負を書いて、
良い年にしましょう。



●対象 市内在住の障がいのある方と
そのご家族等

●内容 書道の先生の指導のもと、書初めをします。

●場所 総合福祉センター4階
クローバー室

●定員 10名（当日参加可）

●参加費 無料

●講師 坂本千恵氏



「要約筆記体験会

～聞こえにくい方へ文字で伝えるコツを学ぼう～

2月14日（金）、21日（金）、28日（金）

10:00～12:00



●対象 市内在住に在勤の方

●内容 聞こえにくい方へ、分かりやすく書いて伝えるコツを学ぶ（全3回）

●場所 総合福祉センター4階 視聴覚室

●定員 20名（多数抽選）

●費用 無料

●講師 片岡和代氏（東京都登録要約筆記者）

●締切 1月6日（月）～2月4日（火）

しょうがいのある方のためのパソコン講習会

講座名	開催日	講師	時間	費用	申込期間
パソコン・スマホ・タブレット なんでも個別相談会 (各回2人まで)	1月24日(金)	ただ多田 しみず清水	①13:00~14:00 ②14:15~15:15 ③15:30~16:30	500円	12/24(火)~ 1/16(木)

しょうがいねんきん 個別相談会
障害年金・個別相談会

毎月1回の個別相談会では、障害年金に詳しい社会保険労務士が、おひとりおひとりのご相談にじっくり対応いたします。

「障害者手帳は持っているけど、自分は該当する?」「手続きはどうすれば?」
などのご質問に社会保険労務士が50分程度でわかりやすくご説明いたします。



(個別相談会は市内在住の方が優先です)

場所 総合福祉センター4階 生活支援室・クローバー室
「障害年金サポート調布」の協力による無料相談会です。

相談された方々の声より

「自分の症状でも申請して良いのか迷っていましたが話を聞いて良かった」...

実施日	開始時間	申込期間
12月20日(金)	① 13:30 ②14:30 ③15:30	~12月13日(金)
1月17日(金)	② 13:30 ②14:30 ③15:30	~1月10日(金)

1月の土曜ドルチェ
フラワーアレンジメント体験

1月18日(土)
13:30~15:00

- 対象 市内在住の障がいのある方とご家族等
- 内容 生花を使ったアレンジメントです。テーマは「バレンタイン」
- 場所 総合福祉センター4階クローバー室
- 定員 10名(先着順)
- 参加費 1000円



「気を付けよう!」
インフルエンザなどの感染症



そろそろインフルエンザなどの、感染症流行の季節ですね。

手洗いは手や指などに付着したインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法であり、うがいは口の中を洗浄にします。外出後の手洗い・うがいは、感染症の予防の基本です。それとインフルエンザが流行してきたら、マスクを着用しましょう!



ドルチェの事業のご案内



障がいのある方が、地域でいきいきとした生活を続けるために必要な情報提供や仲間作りの支援、障がいに対する理解促進と普及啓発、ボランティア育成、相談支援等を行っています。お気軽にお立ち寄りください。

デイサービス

名称	曜日	時間	活動内容
障がい者デイサービス クローバー	火・木	10:00～15:00	社会参加のきっかけ作りの場として音楽、書道などの趣味活動をしています。65歳未満の身体に障がいのある方が対象です。
作業体験デイサービス 若草	月・水・金	10:30～14:30	仕事をしたいという方の第一歩の場です。封入などの事務作業や点字打ち、総合福祉センター売店「若草ショップ」での販売を行っています。

各種サロン

ドルチェサロン	水・第3土	10:00～16:00	情報交換や仲間作りの場として、気軽に立ち寄れる場です。当事者協力員がお待ちしています。
高次脳機能障がい者サロン キラ星☆	第4月	10:00～15:00	若年の高次脳機能障がい者の活動の場です。調理や外出などを行っています。
聞こえない聞こえにくい人のサロン ゆびさきの会	第1・3火	13:30～15:30	中途失聴・難聴者の手話講習会を卒業した方の集いの場です。
中途視覚障がい者サロン イッポ 月曜 ippo アイ	第1月	13:30～15:00	見えにくい、見えなくなった方の情報交換の場です。視覚に障がいのある方向けの講習会なども企画しています。

定例活動

うたごえドルチェ	第4木	14:00～15:30	講師の演奏に合わせて、みんなで季節の歌や懐かしのメロディなどを歌います。
障がいのある方のための 簡単体操教室	第1木	13:30～14:30	ストレッチなど、座ったままで出来る体操もあります。 ★手話通訳付きです。
セルフケアコーナー	第1水	10:00～16:00	車椅子に乗ったまま測れる体重計と自動血圧計を設置。
ドルチェトーク	第3水	13:30～14:30	テーマを決めてサロン内でトークをしていきます。当事者協力員の方も参加します。
ドルチェ麻雀	第4水	13:00～16:00	障がいの有無を問わず交流できる場です。

各種講習会

障がいのある方のための パソコン講習会	不定期	入門から応用までさまざまな講座を企画しています。 講座の詳しい内容は2面に記載しています。
生活講習会	不定期	カラオケやフラワーアレンジメントなど、趣味や暮らしに役立つ講習会を企画しています。詳しくは2面に掲載しています。

自主グループ支援

障がいのある方がグループを作り、スポーツや趣味活動、情報交換などの活動を行っています。現在、約20グループが総合福祉センターほか、市内各所で活動しています。参加希望の方、新しくグループを作りたい方はご相談ください。

障害者(児)相談支援事業

指定相談支援	相談窓口対応時間 月～金	9:00～17:00	生活全般の相談、障害者総合支援法に基づくサービス利用計画の作成を支援します。
高次脳機能障がい者支援促進			高次脳機能障がいの理解に関する普及啓発や相談など、必要な援助を行います。