

調布市障害者地域活動  
支援センター

第107号 令和8年2月発行

# ドルチエだより



〒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 ドルチエ

☎: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

ホームページ <https://www.ccsw.or.jp>



障がいのある方のための  
お悩み解決!!

## パソコン・スマホ講習会

ドルチエでは、障がいのある方が、パソコン・スマホ・タブレットの操作で分からぬことや、アプリや機能のことで聞きたいことを相談できる「個別相談会」を隔月で開催しています。その他、さまざまな機能を楽しく学べる講座を企画しています。



上↑ R 7.12.8 開催「ワードで描く干支画  
～午年」

左← R 7.8.4 開催「視覚に障がいのある方  
のためのスマートフォン講習会」



# 障がいのある方のためのパソコン・スマートフォン講習会

人気の講座を紹介します！！

障がいのある方が、パソコンやスマートフォンの基礎を学べる講座や、個別で分からぬことを聞くことができる相談会の開催など、年間を通してさまざまな企画を行っています。スマートフォンでできる防災対策として防災アプリを試して使ってみる講座や、視覚障がいの方に向けた画像認識アプリの活用方法を知る講座など、充実した内容のテーマ別の講座もたくさんあります。気軽にご参加ください！！

## 「パソコン・スマートフォン・タブレットなんでも個別相談会」～第6回～

開催日：3月6日（金）

時間：①13:00～14:00 ②14:15～15:15 ③15:30～16:30

定員：各回2人 初回優先。多数抽選

対象：市内在住の障がいのある方と家族

講師：多田京子氏、清水美佐子氏

申込期間：1月21日（水）

～2月24日（火）

費用：500円（参加費）

いろいろ学べて  
楽しく参加  
しています

スマートフォンなどの分からぬことを個別に聞くことができる充実した相談会です。申込時に、希望時間と相談したい機器・内容をお伝えください。

## 「乗り換え案内」アプリ ～スマートフォン講習会、お出かけを便利に～

開催日：4月6日（月）、13日（月）、20日（月）

時間：13:30～15:30

定員：6人 初回優先。多数抽選

対象：市内在住の障がいのある方と家族

講師：多田京子氏

申込期間：2月24日（火）

～3月26日（木）

分からぬ  
ことを聞き  
やすいです

電車やバスの時間を調べたり、ルート検索ができるよう、アプリの活用法を学びませんか。便利機能を覚えて、お出かけを楽しみましょう♪

費用：1,000円（テキスト代） 持ち物：スマートフォン

高次脳機能障がい者サロン

楽しく過ごしています。  
一緒に活動しませんか！

## 「キラ星☆」体験参加者募集

キラ星☆は、高次脳機能障がいの方の活動の場です。毎月第4月曜に、調理、製作、外出、体を動かす活動を行っています。楽しく余暇活動ができるよう、利用者主体で活動内容を決めています。

開催日：3月23日（月）

時 間：10:00～15:00

申込期間：～3月16日（月）

費 用：300円 材料費

持ち物：マスク 調理時必要

☆4月以降の活動の体験参加も随時募集しています☆



## 障害年金・個別相談会



障害年金に関する疑問や申請手続きのことなどを聞くことができる無料相談会です。

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相談に、じっくり対応いたします。調布市民の方であれば、受給の有無は問いません。各回3人まで。

開催日時：3月27日（金）

9:30～／10:30～／11:30～

各回約50分

申込期間：3月2日（月）～3月19日（木）

開催日時：4月17日（金）

9:30～／10:30～／11:30～

各回約50分

申込期間：3月30日（月）～4月10日（金）

協力：障害年金サポート調布

土曜ドルチェ  
生活講習会

## ぼうさい戸端会議

避難場所  
はどこ？

開催日時：3月21日（土）13:30～14:30

場 所：総合福祉センター4階 視聴覚室

対 象：市内在住の障がいのある方と家族

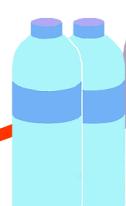
定 員：10人 申込順。障がいのある方優先

申込期間：2月9日（月）～3月6日（金）

費 用：無料

何を備えた  
らしい？

非常食って  
美味しい？



災害について一緒に確認  
しながら学びましょう



## ドルチェの事業のご案内



開催曜日・時間が変更または中止になっている事業もありますので、詳しくはドルチェまでご確認ください。

### 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<br>クローバー | 火・木   | 10:00～15:00                | 社会参加のきっかけづくりの場として音楽やゲーム、体操などの活動をしています。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<br>若草    | 月・水・金 | 10:30～12:00<br>13:00～14:30 | 仕事をしたいという方の第一歩の場です。点字や封入などの事務作業や、総合福祉センター1階ロビー売店「わかくさショップ」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 | 情報交換や仲間づくりの場です。どなたでも出入り自由です。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<br>キラ星☆       | 第4月   | 10:00～15:00 | 高次脳機能障がい者の活動の場です。調理活動、製作活動、外出企画など、利用者主体で考え活動しています。※登録制です |
| 聞こえない聞こえにくい人のサロン<br>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。※活動状況が変更になる場合があります           |
| 中途視覚障がい者サロン<br>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。視覚に障がいがある方向けの講習会なども企画しています。      |

### 定例活動

|                   |        |             |   |
|-------------------|--------|-------------|---|
| うたごえドルチエ          | 第4木    | 14:00～15:30 | 講師の演奏に合わせて、季節の歌や懐かしのメロディなどを歌います。※事前申込制    |
| 障がいのある方のための簡単体操教室 | 第1木    | 13:30～14:30 | タオルを使ったストレッチなど、座ったままでできる体操もあります。※手話通訳付きです |
| セルフケアコーナー         | 水      | 開所時間中       | 体重計・血圧計を設置。ご使用時に職員へお声掛けください。              |
| オンラインサロン          | 水(月1回) | 10:00～16:00 | ドルチェサロン内で実施しています。                         |

### 各種講習会

|                        |     |   |
|------------------------|-----|---|
| 障がいのある方のためのパソコン・スマホ講習会 | 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。<br>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 | カラオケやスポーツ、調理など、趣味や暮らしに役立つ講習会や作品展などを企画しています。       |

### 自主グループ支援

|  |
|--|
| 活動を通して社会参加や日々が豊かになるよう、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、16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<br>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等利用計画の作成を支援します。 |
| 高次脳機能障害者支援促進 |                 |            | 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。    |