

季刊 令和6年度秋号 身障センターだより



長かった猛暑も終わり、やっと過ごしやすくなりましたね。

でもこれから気温が下がって身体に動かしづらいところがあると血行が悪くなり、身体に変調が起きる季節でもあります。秋はサンマや秋サバなどの青魚やカボチャやココアなど、おいしい季節です。これらは血行が良くなる食材のようです。理にかなってますね。

センターでは特別講座として11月に「軽スポーツ講座」や12月には歌ったり、手拍子や軽く踊ったり自由なアクションで楽しめる「ごちゃまぜ音楽会」などがあります。市内の方なら誰でも参加できますので、身体を動かして楽しみましょう。

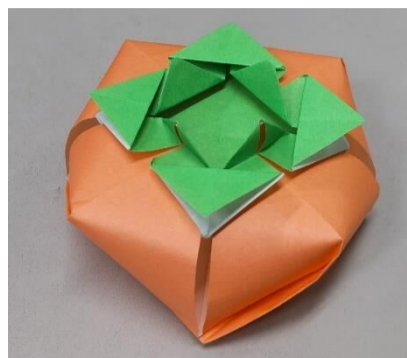


講座の紹介

今回は「折紙講座」の紹介です。今年度は2人の先生が隔月で担当していただいています。

だんだんグレードアップして、皆さん緻密な作品にもチャレンジしています。

9月の作品例です。「柿」



夏の特別講座「初めての陶芸」「消しゴムはんこ工作」が大好評！！

今年度の夏の特別講座は、昨年ご紹介した「レクボッチャ」のほかに「初めての陶芸」と「消しゴムはんこ工作」講座を行いました。

初めての陶芸は、少人数でじっくり取り組んでいただき、「素敵な体験でした。」「作品の出来上がりが楽しみ」などのご感想をいただきました。

消しゴムはんこ工作は、花や葉っぱ、動物などを掘った消しゴムを選び、思い思いの素敵な作品ができて、皆さんとても嬉しそうでした。



出来上がった作品は、
秋の作品展
10/21(月)～25(金)
でご紹介します。ぜひ、当センターにお越しください。



<ちょっと情報>

【ゆうあい号(リフト付き自動車)の貸出事業について】

当センターでは市内在住の車いすを常時使用している、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方、難病の方にリフト付き自動車を貸出しています。運転者は原則、利用者が依頼した人です。

<用途>

- ・公共機関の利用、通院
- ・市または福祉団体が主催事業の参加
- ・スポーツ、レクリエーション等心身の健康増進を目的とするもの



詳細はホームページをご覧ください。ご利用の際は、事前に電話等でご相談ください。

すたっふコラム



秋の空気のお陰で頭と身体が少しだけ夏より動くような気がします。

センターでは10月に講座体験と作品展を行っています。普段通っていない講座を体験してみたり、友人知人を誘って作品展に立ち寄ってみませんか。

スタッフ一同お待ちしております(作品展:21日～25日 9時30分～12時:総合福祉保健センター5階)。

(N職員)

<令和6年10月15日発行>

鎌ヶ谷市健康福祉部障がい福祉課 身体障がい者福祉センター