

福祉

元気な高齢者向け 体力測定 ①

区内6会場で、2日間体力測定を実施します。今回は、清風園での募集です。今年度最後の募集です。



【日時】1月8日(金)・15日(金)午後2時～4時

【会場】清風園(中落合1-7-26)

【対象】区内在住の65歳以上で、2日とも参加でき、医師から運動を禁止されていない方、10名

※体の状態によっては参加をお断りする場合があります。

※令和2年度に実施した体力測定を受けた方は参加できません。

【内容】▶1日目…体力測定(筋力・身体バランスほか)

▶2日目…1日目の測定結果を基にした運動機能の低下や認知症予防のための個別相談・ミニ講座

【持ち物】室内履き、飲み物。動きやすい服装でご参加ください。

【申込み】電話で12月7日(月)～25日(金)に地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4568へ。先着順。

西新宿シニア活動館の催し ①

●台湾文化を学ぼう
～台北の温泉散策
区内在住の50歳以上が対象です。

【日時】12月20日(日)午前10時～11時

30分
【会場・申込み】12月7日(月)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35) ☎(3377)9380へ。先着10名。

障害者福祉センターの講座 講

いずれも区内在住の方が対象です。

①編み物
【日時・定員】1月12日・26日、2月2日・16日、3月9日・23日の火曜日午前10時～12時、全6回(6名)



【持ち物】並太毛糸(2玉程度)

②マウスで描くパソコン絵画



【日時・定員】▶水曜クラス…1月13日・20日・27日、2月3日・17日・24日、3月3日・10日の水曜日午前10時～11時30分、全8回、▶木曜クラス…1月14日・21日・28日、2月4日・18日・25日、3月4日・11日の木曜日午後1時30分～3時、全8回(いずれも各クラス6名)

……………<①②共通>……………

【費用】1回100円(減免制度あり)

【会場・申込み】12月18日(金)までに電話かファックス(2面記入例のほか、障害名・手帳の種類、②はクラス(曜日)を記入)または直接、同センター(戸山1-22-2) ☎(3232)3711(日曜日を除く)・☎(3232)3344へ。応募者多数の場合は、区内在住で障害者手帳をお持ちの方を優先して抽選。

※定員に余裕がある場合は家族も参加できます。

【持ち物】室内履き、飲み物。動きやすい服装でご参加ください。

【申込み】電話で12月7日(月)～25日(金)に地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4568へ。先着順。

【日時】12月20日(日)午前10時～11時

障害者福祉施設の 手づくり品をどうぞ

シャロームみなみ風、パイオニア、わーくすここ・から、新宿第二あした作業所、就労センター「街」・スワンペーカーリー落合店

区内の障害者福祉施設によるさまざまな自主制作作品の一部をご紹介します。 ※価格や販売方法等、詳しくは各施設へお問合せください。

施設名	主な商品	問合せ
わーくす ここ・から	フェルトマグネット、デコパージュ石鹸	☎(3208)2278・☎(3200)3327
高田馬場福祉作業所	焼き立てパン、機織り小物、紙製品	☎(3367)2939・☎(3367)2960
新宿福祉作業所	焼き立てパン、マフィン、ラスク、刺繍ふきん、ビーズネックレス	☎(3232)3715・☎(3232)3991
新宿生活実習所	刺繍ポーチ、ビーズコースター、アート作品	☎(5229)5850・☎(5229)0620
新宿第二あした作業所	クッキー、パウンドケーキ	☎(5285)4837・☎(6380)3839
西早稲田あした作業所	自家焙煎コーヒー	☎(5155)3340・☎(5155)3350
オフィス クローバー	手漉きはがき、メッセージカード、一筆箋、レジ袋入れ、ブックカバー	☎(3365)4177・☎(3365)4178
就労センター「街」・スワンペーカーリー落合店	焼き立てパン・手作りクッキー	☎(3952)9980・☎(3952)9976
工房「風」	ビーズアクセサリ、押し花のはがき、しおり・カード	☎(3952)6014・☎(3952)6044
パイオニア	ぼち袋、封筒、メッセージカード、レターセット	☎(3208)9001・☎(3208)9005
シャロームみなみ風	ポップコーン、クッキー、ラスク、アップルケーキ	☎(5579)8412・☎(5579)8413
あしか	アクリル画、ぬいぐるみ	☎(6273)1021・☎(6273)1871
プラーナ新宿	ガラスアクセサリ、ビーズ製品、羊毛フェルト製品	☎(6273)2633・☎(6273)2956
コンフィデンス早稲田	せんべい、スカーフ	☎(6233)9714・☎(6233)9715
フレッシュスタート目白	ビーズアクセサリ、くるみボタン、犬用クッキー	☎(6908)3663・☎(6908)3664
桜雲会	おりがみ絵本	☎(5337)7866・☎(6908)9526
新宿区障害者福祉事業所等ネットワーク	新宿(四谷・早稲田)産天然はちみつ	☎(5273)3852・☎(3208)3100

※例年、12月に新宿駅西口広場イベントコーナーで開催している「新宿区内障害者福祉施設共同バザール・障害者作品展」は、今年度は中止します。

区役所本庁舎地下1階で 自主制作作品を販売

12月9日(水)までの月～金曜日午前11時～午後3時30分(午後1時～1時30分を除く)に実施します。

12月3日～9日は障害者週間
気づきと心づかいで
障害を理由とする差別をなくしましょう

私たちにできること

- ◆点字ブロックの上に自転車などの障害物を置かない
- ◆エレベーターは障害のある方を優先する
- ◆聴覚障害などのある方には筆談や手話などの音声とは違う方法でコミュニケーションを取る

街中や施設にある障害に関わるマークの一例

ぼくが街中などで見つけたよ! (一部を紹介しています)



ほじょ犬マーク
補助犬を受け入れる店の入り口などに貼られています



障害者のための国際シンボルマーク
障害のある方が利用しやすい建築物や公共輸送機関であることを示しています



耳マーク
聞こえが不自由なことを表すほか、聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表します



盲人のための国際シンボルマーク
視覚障害者の安全やバリアフリーに考慮された建物・設備・機器等であることを示しています

+ヘルプカード+

困っている方を見かけたら手助けをお願いします

障害のある方の中には、手助けが必要でも自分から困っていることを伝えられない方がいます。ヘルプカードは、障害のある方が携帯し、日常生活で困ったときや緊急・災害時などに周囲に手助けをお願いしやすくするものです。



【カード記載例】

- ▶ 緊急連絡先
- ▶ アレルギーや発作の症状
- ▶ 救急時に搬送してほしい病院
- ▶ 周りの人に配慮してほしいこと

★ヘルプカードは障害者福祉課、区立障害者福祉センター(戸山1-22-2)、保健センター等で配布しています。

障害者週間関連の催し ①

障害者週間パネル展

12月10日(木)まで区役所第1分庁舎1階ロビーで「障害者差別解消法」等、障害への理解を深めるパネル・作品を展示しています。

障害者作品展

12月17日(木)までギャラリーオーガード「みるっく」(新宿大ガード下)で、絵画・書・陶芸等の作品を展示しています。

