

ふくふくプラザだより

1
月号

発行/社会福祉法人 福岡市社会福祉協議会 総務課
電話/092-751-1121 FAX/092-751-1509 E-mail/sohmu@fukuoka-shakyo.or.jp

福岡市介護実習普及センターフェスタ

参加無料

日時 平成31年2月23日(土) 10:00~16:00

申込方法 1月4日より電話またはFAX(氏名、電話番号を記入)、ホームページでお申込みください。

日時	会場	イベント	定員 (各先着受付順)
11:00~12:30	1階 ふくふくホール	【講演会】睡眠はこころとからだのバロメーター~よりよい睡眠が健康を守る~ 講師:内村 直尚 氏(久留米大学副学長・医学部長) 人生の三分の一を占めると言われる睡眠時間。あなたにとっての“良い眠り”を考えてみませんか?	248人
10:00~10:30	3階 福祉用具展示場	【講座】寝る前にホッとひといき マッサージトリートメントとアロマの効果 “触れる癒し”と“香りの癒し”でリラックス♪ ※施術はいたしません	30人
14:30~15:30	5階 502研修室	【講座】快眠のためのマインドフルネスストレッチ!! 自律神経のバランスを整え、深い呼吸とイメージ療法で温活実践ストレッチ法を学びます。*椅子に座って行います	40人
12:50~13:20	3階 福祉用具展示場	【実演会】睡眠と寝具選び オーダーメイド枕ができるまで!	30人
13:45~14:15	3階 交流ひろば	【説明会】快適に眠るコツをご紹介します!	30人
10:40~16:00	3階 交流ひろば	【体験】ハンドマッサージトリートメント(時間帯についてはお申込時にご案内いたします)	50人
10:00~16:00	3階 交流ひろば・福祉用具展示場	【展示・相談】街の布団屋さんがあなたの眠りをサポートします!	参加自由
10:00~16:00	3階 福祉用具展示場	・見て学ぶやさしい住まい ・福祉用具リサイクル抽選会 ・自助具製作コーナー	参加自由
10:00~16:00	1階 エントランス	・朝倉復興支援&授産施設パザー	参加自由

申込・問合せ 福岡市介護実習普及センター (電話) 731-8100 (FAX) 731-5361 ホームページ 福岡市介護実習普及センター (検索)

バリアフリー映画支援ボランティア入門講座 受講者募集

視覚や聴覚に障がいがある方もない方も共に映画を楽しむことができるように、映画やDVDに音声や字幕が入った「バリアフリー映画」を作成するボランティア入門講座を開催します。

バリアフリー映画ボランティアに参加してみませんか!

日時 平成31年2月2日(土)、3日(日) 11:00~16:00

会場 市民福祉プラザ6階603研修室

対象者 パソコンを所持し、ワードなどで文書編集作業ができる人で、講座修了後ボランティアグループで活動を行う人。

募集人数 20名(パソコンは持参)応募多数の場合は抽選

申込方法 住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、電話、ハガキ、FAXでお申し込みください。

受講料 500円(資料代等) **締切** 1月16日(水)必着

申込・問合せ 福岡市ボランティアセンター
福岡市中央区荒戸3-3-39 市民福祉プラザ2階
(電話) 713-0777 (FAX) 713-0778

第21回 ふくふくフェスティバル ~歌と踊りで輪になろう~

音楽やダンスなどの文化・レクリエーション活動をしている障がい者サークルが日頃の練習の成果を披露します。

パンやクッキーなどの障がい者施設からの出店や福引抽選会もあります!

一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪ぜひお越しください!

日時 1月27日(日)9:30~15:30(予定)

場所 市民福祉プラザホール・1階ロビー

申込・問合せ

福岡市障がい者スポーツ協会
福岡市中央区荒戸3-3-39 市民福祉プラザ3階
(電話) 781-0561 (FAX) 781-0565
メール fukuoka@suporeku-fuku.com
H P http://www.suporeku-fuku.com/



平成30年度 赤い羽根共同募金のお礼



平成30年度共同募金運動(10月1日~12月31日)には、多くの皆さまから温かいご支援・ご協力をいただき、誠にありがとうございました。お寄せいただいた募金は、配分審査委員による現地調査や配分審査委員会を経て、平成31年度の福岡市内146校区社会福祉協議会及び、市・区社会福祉協議会の事業費として、また、福祉施設・団体の事業費として大切に活用させていただきます。

※募金の使いみちをインターネット上の地図“赤い羽根ありがとうマップ”で公開しています。



赤い羽根 ありがとうマップ (検索)

問合せ 福岡県共同募金会福岡市支会 (電話) 720-5350

新着図書案内

2階 福祉図書・情報室



『地域を変える認知症カフェ
企画・運営マニュアル』
(矢吹知之 ベレ・ミーセン 編著 中央法規出版)
「認知症カフェ」を企画・運営する
ためのマニュアル。認知症カフェ
の歴史や継続するためのポイント
を解説する。

問合せ 電話 731-2946

1月の短期展示

3階 福祉用具展示場

1月のテーマは「たのしくお料理!キッチンお役立ちグッズ」
です。手に装着して使用できる
ピーラーや、炊飯器に入れ
るだけでご飯とお粥を同時に
作ることができる調理器など、
便利なキッチングッズをご
紹介します。どうぞ3階の福祉
用具展示場にお越しください。



手に装着して使える
ピーラー



炊飯器で
お粥が作れる器具

ふくふくプラザ催事情報

1月

※日程・内容等が変更になる場合があります。
詳細については、直接問合せ先へご確認ください。

日時	催事名	内容	会場	対象/料金/申込み方法	申込・問合せ
1月9日(水) 11:00~15:00	新春のつどい	つどい	5階 502,503研修室	対 どなたでも 料 昼食代1,100円(要予約12/27まで) 申 直接来館	認知症の人と家族の会福岡県支部 電話 771-8595 火・木・金(10:30~15:30)のみ
1月21日(月) 10:30~14:30	暮らしの無料相談室	相談会	6階 604研修室	対 どなたでも 料 無料 申 直接来館	暮らしの智恵袋 担当:宮本 電話 090-3668-9827 FAX 215-4449

介護講座受講生募集

2月

※1月4日より、電話またはFAX(氏名、電話番号を記入)、ホームページでお申込みください。

●申込・問合せ 福岡市介護実習普及センター 電話 731-8100 FAX 731-5361 ホームページ 福岡市介護実習普及センター 検索

日時	会場	講座名	定員 各先着受付順
【木曜日コース】 ① 7日 ②14日 ③21日 ④28日 10:00~12:00 【土曜日コース】 ⑤ 2日 ⑥16日 11:00~13:00	3階 福祉用具展示場	◆学んで実践!介護講座 家庭での介護を支える知識と、福祉用具を使った負担の少ない介助方法を学びます。 ①「介護ベッドを正しく使おう」 ②「ベッドの上でらくらく移動」 ③「お互いの負担を軽くするリフト移乗」 ④「安全な入浴の工夫」 ⑤「入浴用具の活用と足浴」 ⑥「心地よい排泄のために」	【水曜日コース】 20人 【土曜日コース】 15人
5日(火) ①10:00~12:00 ②13:00~14:30 ③14:40~16:00	3階 交流ひろば	◆すぐに役立つ介護講座 介護をするためにこれだけは知っておきたい知識と技術を集中的に1日で学びます。 ①「楽にできるパジャマ交換」 ②「ポータブルトイレの使い方と介助」 ③「安全な車いすの介助」	25人
① 6日(水) ②13日(水) ③20日(水) ④27日(水) 13:30~15:30	①③ 5階502研修室 ②④ 6階601研修室	◆みんなで考える認知症介護 認知症の方を理解し支えるために、認知症についての知識と公的サービス・制度を学びます。 ①「認知症を理解しよう」 ②「認知症・こんな時はどうするの?」 ③「認知症の方の生活を支える」 ④「地域で支える認知症」 「認知症サポーターとは」 「認知症サポーターにできること」	50人
15日(金) 14:00~16:00	3階 交流ひろば	◆体と心の健康講座 「家庭でできるフットケア」 フットケアの基礎知識、爪のお手入れ方法や角質ケア、簡単な足のマッサージを学びます。	40人
18日(月) 13:30~15:30	3階 交流ひろば	◆おいしく!楽しく!食事の介助 お口や唾液、飲み込みなどの知識、食事の時の姿勢の整え方、食事介助のポイントと実技、食事に役立つ福祉用具について学びます。	30人
26日(火) 14:00~16:00	5階 502研修室	◆上手なストレスケア 介護による疲れやストレス、自分自身のストレスチェックや溜め込まないための対処方法について学びます。	30人

