

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

家族介護者のつどい～心と体の健康講座～参加者募集!

参加
無料

家族介護者を対象に、タッピングタッチ(指先を使って身体に優しく触れるケアの方法)を取り入れた健康づくりに関する講座と、介護者同士の意見交換・懇談会を実施します。

介護の体験を分かち合える仲間と交流しながら、自分自身を癒してみませんか。ぜひご参加ください!

日時 平成30年3月8日(木) 13:30～15:30 **場所** 市民福祉プラザ3階 交流ひろば

対象者 福岡市にお住まいで、自宅で要介護者(要支援または要介護の認定を受けた人)を介護している人

定員 50人(応募多数の場合抽選)

申込方法 2月28日(水)までに、電話・はがき・ファックス・メールで、下記内容を連絡の上、申込む。

- ①住所 ②参加者氏名(ふりがな) ③電話番号(連絡がつく番号) ④参加者年齢
⑤誰を介護しているか ⑥介護している人の要介護(要支援)度

申込・問合せ

福岡市社会福祉協議会 地域福祉課 〒810-0062 福岡市中央区荒戸3-3-39 市民福祉プラザ3階
電話) 720-5356 FAX) 751-1524 メール) chiiki@fukuoka-shakyo.or.jp

第20回 大濠公園障がい者駅伝大会

開催日 平成30年3月11日(日) 10:00スタート

場所 大濠公園宝亭付近スタート・ゴール

対象者 次の2つの条件を全て満たす人

- ①小学5年生以上の障がい者
②福岡市内在住、もしくは市内に通勤・通学している人

内容 ・1チーム5人編成(健常者は含まない。補欠の登録は2人までとする)
・タイム申告制で順位を決定する

参加費 1チーム2,000円

申込期間 1月30日(火)～2月13日(火)



※詳しくは、ホームページをご覧ください。

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

ホームページ) <http://www.suporeku-fuku.com/>

福岡市住宅改造相談センター

こんなことでお困りではありませんか?

- ・住宅改修・住宅改造の制度がよくわからない・
- ・手すりってどんなところに付けたらいい?
- ・浴槽の出入りが大変になってきたので何とかしたい
- ・車いすのままでも、出入りしやすくしたい

福岡市住宅改造相談センターへご相談ください!

建築士や介護福祉士等の資格を持った相談員が、「介護保険住宅改修制度」、「福岡市障がい者高齢者住宅改造助成制度」などについてのご相談や、高齢者・障がい者の人や介護を行う人に合わせたお住まいの改修・改良プランのご相談を受け付けています。

開所日 月曜～金曜 10:00～17:00

(土曜、日曜、祝日、年末年始(12月28日から1月3日)及び毎月第3火曜(祝日の場合は翌日)を除く)

利用方法 電話相談、面接相談

問合せ

福岡市住宅改造相談センター(市民福祉プラザ3階)

電話) 731-3511 FAX) 731-5361

休室のお知らせ 2階 福祉図書・情報室

2月20日(火)～2月26日(月)は、図書整理期間のため休室します。

※期間中の図書等の返却は、市民福祉プラザ1階西側通用口横の返却ポストをご利用ください。

問合せ

福祉図書・情報室(市民福祉プラザ2階)

☎ 731-2946

2月の短期展示

2月のテーマは、「聴覚障がいの方が便利に使える用具」です。骨伝導タイプや高性能の集音器、ノートタイプのホワイトボード、電子メモパッドなどを展示します。



発信器からの無線信号を強力なフラッシュライトで知らせる受信器



液晶画面に直接書き込みができる電子メモパッド

発信器からの無線信号を強力なフラッシュライトで知らせる受信器

液晶画面に直接書き込みができる電子メモパッド

ふくふくプラザ催事情報 2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/申込方法	主催者・問合せ
2月3日(土) 10:00～12:30	あまやどりの会	つどい	6階 602研修室	対 どなたでも 料 無料 申 直接来館	認知症の人と家族の会福岡県支部 ☎ 771-8595 火・木・金(10:30～15:30)のみ
2月5日(月) 10:00～15:00	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 ☎ 090-3668-9827 FAX 215-4449
2月10日(土) 10:00～16:00	丹田呼吸健康法	公開講座	6階 和室研修室	対 どなたでも 料 当日1,000円 申 直接来館	調和道協会 ☎ 090-4519-7913 担当:平野
2月10日(土) 13:00～16:00	2月のつどい	つどい	5階 503研修室	対 どなたでも 料 無料 申 直接来館	認知症の人と家族の会福岡県支部 ☎ 771-8595 火・木・金(10:30～15:30)のみ
2月28日(水) 13:00～16:00	アルコールについての無料相談会	相談会	6階 604研修室	対 どなたでも 料 無料 申 直接来館	☎ 080-1736-8380 担当:松本

介護講座受講生募集 3月

※2月1日より電話またはファックス(氏名、電話番号を記入)、ホームページで申込みください。

●申込・問合せ 福岡市介護実習普及センター ☎ 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
10日(土) 14:00～16:00	3階 福祉用具展示場	◆自助具製作教室 スマートフォン等のパネルタッチが難しい方に、手に巻きつけて使用できるタッチペンを製作します。参加費:200円程度	10人
23日(金) 10:00～13:00	5階 調理実習室	◆テーマ別料理教室 「体にやさしい塩分制限食」 高齢者に必要な栄養や季節感のある献立、食べやすい食事の工夫と調理方法を学びます。 参加費:500円 持参品:エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル	30人
26日(月) 14:00～16:00	6階 601研修室	◆スッキリ!快眠生活 高齢者の不眠の原因や心身に及ぼす影響、良い眠りを得るための対策を学びます。	40人
① 6日(火) ② 13日(火) 13:30～15:30	3階 福祉用具展示場	◆生活に役立つ動作介助 身体にやさしい動きを理解し、安全で安楽な負担のかからない介助方法を学びます。 ①「ベッド上で位置を変える、寝返る」 ②「起き上がる・立つ・座る」	25人
【木曜日コース】 ① 1日 ② 8日 ③ 15日 ④ 22日 【土曜日コース】 ⑤ 3日 ⑥ 17日 いずれも10:00～12:00	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護の実技を学びます。 ①「安全・安心入浴法」 ②「介護ベッドの機能をいかそう」 ③「ベッドの上でらくらく移動」 ④「ベッド上での安楽姿勢」 ⑤「ベッドの上でらくらく移動」 ⑥「ベッド上での安楽姿勢」	【木曜日コース】 20人 【土曜日コース】 15人

