

発行/市民福祉プラザ

電話/092-731-2932 FAX/092-731-2934 E-mail/kanri@fukuoka-shakyo.or.jp

新型コロナウイルス感染予防のため、館内ではマスク着用や手指消毒にご協力をお願いします。

災害ボランティア入門講座 「もしもの時、力になれることがある」

参加費
無料

災害時には、さまざまなボランティアの支援が力を発揮します。被災地外からできる支援もあります。災害ボランティアの基本的な知識や心構えを学び、「もしもの時、私にできること」を一緒に考えてみませんか。

- 日時** 3月9日(木)18:30~20:30
- 場所** 市民福祉プラザ3階 交流ひろば(オンラインもあり)
- 対象** 災害ボランティアに関心がある人
- 定員** 会場40人、オンライン50人
- 内容** 災害ボランティアの基本と心構え・備え
- 申込期間** 2月15日(水)~3月2日(木)
- 申込方法** 住所、氏名(団体の場合は団体名も)、年代、電話番号を記入の上、電話又はFAX、メールで下記へ。
(※オンライン参加はメールで)

申込・問合せ

福岡市社会福祉協議会(ボランティアセンター)

電話 713-0777 FAX 713-0778

メール vc@fukuoka-shakyo.or.jp

第25回障がい者駅伝大会 in海の中道海浜公園

- 日時** 3月12日(日)11:00スタート
- 場所** 海の中道海浜公園
大芝生広場コース
- 対象** 小学5年生以上の障がい者・健常者(家族・ボランティア)で構成されたチーム
- 内容** 1チーム7人編成(健常者は2人まで参加可)
タイム申告制で順位を決定
- 参加費** 2,000円
- 申込期間** 1月26日(木)~2月9日(木)

※新型コロナウイルス感染症の感染状況に応じ、開催が困難と判断された場合は大会を中止の可能性あり。
※詳しくは、ホームページか問合せを。



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

HP <https://www.suporeku-fuku.com/>

施設紹介~調理実習室~

市民福祉プラザは、障がい者、高齢者、子どもなど、誰にでも使いやすい工夫がされた施設です。

調理実習室は、目の不自由な人も使いやすいよう調理器具には点字を、車いす利用者や子どもの調理しやすい高さに上下できる調理台などを備えています。



点字を貼った調理器具 利用者に応じて高さを変えられる調理台

申込・問合せ

市民福祉プラザ管理事務室

電話 731-2932 FAX 731-2934

福祉図書・情報室 休室のお知らせ

2月21日(火)~27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、ふくふくプラザ1階西側通用口横の返却ポストをご利用ください。



虹色の朝陽

『虹色の朝陽
発達障害を持つ息子との8年間』
(中尾きみか 著 主婦の友社)

発達障がいの子を持つ親は、支援や療育制度の不十分さ、情報の少なさや世間の理解不足から孤独に陥ってしまいがちです。自身もそのような親の一人であった著者が、一人でも多くの孤独な親に届くように育児についての情報やヒントとともに綴った8年間の子育ての記録です。

問合せ 電話 731-2946
FAX 731-2947



折り畳み式の電動フットバス



握ることでストレスを軽減できるグッズ

2月のテーマは、「心もからだもリラックス」です。折り畳み式の電動フットバスや握ることでストレスを軽減できるグッズなど、ゆっくりした時間だけではなく、ちょっとしたすきま時間にもリラックスできる商品を紹介いたします。

問合せ 電話 731-8100
FAX 731-5361

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。主催者へ確認してください。

日時	催事名	内容	場所	対象/料金/申込方法	主催・問合せ
2月1日(水) 10:00~12:00	あまやどりの会 (若年性認知症の人と介護家族のつどい)	つどい	4階 401会議室	対 どなたでも 料 無料 申 直接来館・電話受付	認知症の人と家族の会 福岡県支部 電話 771-8595 (火・金10:30~15:30のみ)
2月8日(水) 13:00~15:00	2月のつどい	つどい	4階 402会議室	対 どなたでも 料 無料 申 直接来館・電話受付	認知症の人と家族の会 福岡県支部 電話 771-8595 (火・金10:30~15:30のみ)
2月28日(火) 10:30~14:30	暮らしのなやみ 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・FAX受付	暮らしの智恵袋 担当:宮本 電話 090-3668-9827 FAX 092-215-4449

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、メール(氏名、電話番号を記入)で申込みください。

●申込み・問合せ 福岡市介護実習普及センター 電話 731-8100 FAX 731-5361

講座申込みアドレス f_kaigon@fukuwel.or.jp ホームページ 福岡市介護実習普及センター 検索

日時	場所	講座名と内容	定員 各先着受付順
1日(水) 13:30~15:30	5階 502研修室	◆食事介助・どうやってするの? 食事をする時の飲み込みの仕組みや、食事介助のポイントと実技、食事に役立つ福祉用具などを学びます。	30人
【木曜日コース】 ①9日 ②23日 10:00~12:00 【土曜日コース】 ③4日 ④18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。 ①③「お互いの負担を軽くするリフト移乗」 ②④「生活を助ける「自助具」」	【木曜日コース】 8人 【土曜日コース】 8人
6日(月) 10:00~12:00	6階 601研修室	◆高齢者・認知症ケアのはじめの一步「認知症サポーターステップアップ講座」 「認知症サポーター」を対象に、認知症の人と接する時の対応について知識を深めます。	20人
11日(土) 14:00~16:00	3階 福祉用具展示場	◆自助具製作教室 紙パックに取り付けて持ちやすく、注ぎやすくする「紙パックハンドル」を製作します。参加費:250円程度	8人
14日(火) 10:00~12:00	5階 調理実習室	◆テーマ別料理教室「骨に効く骨粗鬆症予防食」 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。材料費:300円 持参品:エプロン、三角巾、手拭きタオル	10人
16日(木) 14:00~16:00	6階 601研修室	◆体と心の健康講座「知っておきたい薬の知識」 高齢者によく処方される薬について、その効果や知っておきたい副作用、注意したい飲み合わせや飲み方、飲みにくい時の工夫、サプリメントの知識などを学びます。	40人
24日(金) 13:30~15:30	オンライン開催	◆ヤングケアラー～家族をケアする子どもたち～ ヤングケアラーが行う日常的な介護、友人関係や学業・進路への影響、地域や学校の役割、支援のあり方などを事例を通して学びます。	35人

