

ふくふくプラザだより

10
月号発行/市民福祉プラザ 住所/〒810-0062 福岡市中央区荒戸3-3-39
電話/092-731-2932 FAX/092-731-2934 E-mail/kanri@fukuoka-shakyo.or.jp

☎ = 電話 📠 = FAX ✉ = メール

第2回終活応援セミナー
生前整理～モノの整理は心の整理～要約筆記
あり

みなさんにとって身近な“片付け”をテーマにしたセミナーを実施します。「生前整理とは?」「なぜした方が良いの?」「どうやって進めたらいいの?」そんな疑問を解消して、終活の一步を踏み出してみませんか?

日時 11月17日(金)
14:00～16:00(13:30開場)

場所 市民福祉プラザ1階 ふくふくホール

対象 終活に関心のある市民

定員 200人 ※応募多数時抽選

申込期間 ～10月29日(日)必着

申込方法 ファックスまたはメール・ハガキ等の郵便から「氏名(ふりがな)、年齢、郵便番号・住所、電話番号」を記入の上、申込み。

申込・問合せ

終活サポートセンター プラザ3階

☎ 406-0168 📠 406-0169

✉ s-seminar@fukuoka-shakyo.or.jp

福岡市初級パラスポーツ
指導員養成講習会

全21時間(4日間)の講義と実技講習で、(公財)日本パラスポーツ協会公認初級パラスポーツ指導員の資格が取得できます。

日時 11月11日(土)、12日(日)、12月9日(土)、10日(日)
9:30～17:30(予定)

場所 福岡市立障がい者スポーツセンター(南区清水1-17-15)

対象 障がい者スポーツ、レクリエーション活動に興味・関心がある18歳以上の人(4月1日現在)。

定員 25人程度

申込期間 7,000円
(テキスト代・保険料)
※別途登録費等あり申込方法 9月28日(木)
～10月12日(木)

※詳しくは、ホームページ

(https://www.suporeku-fuku.com/)

を確認いただくか、問合せください。

問合せ

障がい者スポーツ協会 プラザ3階

☎ 781-0561 📠 781-0565

✉ fukuoka@suporeku-fuku.com

「献血」のお願い

「献血」は「命を救う」ボランティア。皆様のあたたかい協力をお願いします。

日時 10月12日(木)、13日(金)
9:30～12:30、13:30～15:30

場所 市民福祉プラザ1階 ロビー

問合せ

管理事務室 プラザ1階 ☎ 731-2932 📠 731-2934

赤い羽根共同募金

10月1日から全国一斉に共同募金運動が始まります。ご協力いただいた募金は、福岡市内の各校区社会福祉協議会や社会福祉施設等の地域福祉活動や事業に使われるほか、災害時のボランティア活動支援などにも活用されます。今年度も、皆様のご協力をお願いします。

赤い羽根ありがとう
マップQRコード

日付 10月1日(日)～12月31日(日)

※募金の使いみちをパソコンやスマホ等で
見ることができる「赤い羽根ありがとう
マップ」をホームページで公開しています。

申込・問合せ

福岡県共同募金会福岡市支会 プラザ4階

☎ 720-5350 📠 751-1509

福岡市福祉のまちづくり推進大会 無料

子どもから高齢者までを対象に、食を通じた多世代交流の居場所を作り、地域コミュニティの活性化を図っている福祉活動を紹介します。

日時 11月2日(木) 13:00～14:30

場所 福岡市民会館(中央区天神5-1-23)

内容 ・福祉功労者表彰
・福祉活動紹介
「多世代交流のワンコインレストラン ハーモニー
～ニュー堅粕住宅子ども会の取組み～」
・発表者 ハーモニースクール
(ニュー堅粕住宅子ども会)

問合せ

福祉のまちづくり推進大会事務局 プラザ2階

☎ 791-6339 📠 713-0778



『ぼくとおばあちゃん』

(すぎやま けいこ//作
藤本 タクヤ//絵 文芸社)

まーちゃんは小さい頃から大好きなおばあちゃんの家によく遊びに行っていました。しかし、まーちゃんが中学生になったある日、おばあちゃんは同じことを何度も聞くようになってしまいます。二人の会話を通じて「老い」や「幸せ」について考えるヒントをくれる絵本です。

問合せ ☎ 731-2946
☎ 731-2947

『夏の疲れを持ち越さない!』

「お家でできる運動とリラクゼーショングッズ」

4層のエアバッグで手首・足首をマッサージしてくれる機器や、本やテレビを見ながら座ったまま脚の運動ができる足踏みペダルなどを紹介します。



手首・足首をマッサージしてくれる機器



座ったまま脚の運動ができる足踏みペダル

問合せ ☎ 731-8100
☎ 731-5361

ふくふくプラザ情報

10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
10月4日(水) 10:00~12:00	あまやどりの会	つどい	5階 502研修室	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 ☎ 771-8595 (火・金10:30~15:30のみ)
10月11日(水) 13:00~15:00	10月のつどい		6階 602研修室		

介護講座受講生募集

11月

※9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・問合せ 福岡市介護実習普及センター ☎ 731-8100 ☎ 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](http://www.fukufukuplaza.jp)

日時	場所	講座名と内容	定員 各先着受付順
【木曜日コース】 ① 9日 ②23日 10:00~12:00 【土曜日コース】 ③ 4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「自分に合った車いす選びと介助」②④「滑らせてらくらく車いす移乗」	【木曜日コース】 20人 【土曜日コース】 15人
① 1日(水) ② 8日(水) ③22日(水) ④29日(水) 13:30~15:30	6階 601研修室	◆知って安心介護保険 介護が必要になった時に利用する介護保険制度の概要やサービスを学びます。 ①「介護保険制度のしくみを知ろう」 ②「介護保険制度を利用しよう 認定申請~サービス利用開始まで」 ③「何が利用できるの?介護保険サービス・在宅編」 ④「どんなところがあるの?介護保険サービス・施設編」 「介護保険で安心・安全な住まい」	45人
2日(木) 14:00~16:00	6階 601研修室	◆知って欲しい!高齢期とは違う悩みを抱えた「若年性認知症」 若年性認知症について、現役世代での発症のため起こる就労・経済問題、子どもの教育問題など高齢期の認知症との違い、対応の仕方、支援制度などを学びます。	45人
11日(土) 14:00~16:00	3階 福祉用具展示場	◆自助具製作教室 本を手で持たずに、立てて見開きのまま固定できる「読書台」を製作します。首への負担も軽減できます。 参加費:300円程度	10人
24日(金) 13:30~15:30	3階 交流ひろば	◆家族介護者のための体と心の健康講座 健康な体と心で、いつまでも元気に過ごすために役立つ知識を学びます。 「介護で腰痛になるのを防ぐ!」	40人
27日(月) 10:00~12:00	3階 交流ひろば	◆高齢者疑似体験 疑似体験を通して、加齢に伴う心身の変化と、関わり方の工夫やポイントを学びます。	20人

