

## 2026年3月のよてい

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
閉所						閉所
8	9	10	11	12	13	14
			家族さろん			閉所
15	16	17	18	19	20	21
閉所					閉所	閉所
22	23	24	25	26	27	28
音と動きのワークショップ						閉所
29	30	31				

### 音と動きのワークショップ 参加者募集

**日時** 2026年3月22日(日) 13:30 ~ 15:00

**場所** プラッツ スタジオ

いつもと会場が違います。ル・シーニュの5階です！

お申込みフォームQR



**応募条件** 障害のある方 付き添いの方含め12名(介助者の方も一緒に参加していただきます)

**参加費** 無料

**介助者について** 障害児及びお一人での参加が難しい方は介助者も一緒にご参加ください。当センターのイベントに初めて参加される方は、介助者について相談させていただきますので別途ご連絡いたします

**備考** 動きやすい服装・靴でご参加ください。水分補給用の飲み物をお持ちください。必要に応じてマスク着用をお願いすることがありますのでご了承の上、ご持参ください。体調の優れない場合や熱のある方は参加をお控えください。  
\*「ぼ～のぼ～の！」掲載のため、イベント中に写真撮影をさせていただきます。掲載の際はご本人が特定できないよう加工の上使用いたします。

**お申込み〆切** 3月6日(金)16:00〆切 \*結果は締め切り後、連絡いたします

お申込みフォーム・電話・FAX・メールいずれかの方法で以下の内容を添えてお申し込みください。

①申込イベントタイトル ②お名前 ③介助者 ④障害名 ⑤電話番号

発行所 特定非営利活動法人 障害者団体 定期刊行物 協会の 定価500円 東京都世田谷区砧6-26-21

### 家族さろん

●日にち 2026年3月11日(水)

●時間 13:30~15:00

●対象 高次脳機能障害の方のご家族



お申込みフォームQR

★参加ご希望の方はお電話、または右上のQRよりお申し込みください★

042-358-1085 本多まで

ちいき せいかつ しえん 地域生活支援センターあけぼの げっかん 月刊つうしん

SSKS

# ぼ～のぼ～の！

2026

☆ 3月号 No.272 ☆



2025年度の地域生活支援センターあけぼのの活動を写真とともにまとめました。

社会福祉法人あけぼの福祉会  
地域生活支援センターあけぼの

〒183-0056 東京都府中市寿町3-9-11 山上ビル1階  
電話：042-358-1085 / FAX：042-336-9085  
メール：siencenter@akebono.fuchu.tokyo.jp

開所時間



(月) (水) (金)  
10:00~19:00  
(火) (木)  
10:00~17:00  
第2・4・5(日)  
10:00~17:00



センターメールQR

# ちいき せいかつ しえん 地域生活支援センターあけぼの ねんど かつどうほうこく 2025年度活動報告

今年度も地域生活支援センターあけぼのでは、府中市の障害のある方に向けた各種イベント・学習会等を行ないました。

## あけぼの料理教室



一人での参加が難しい人は介助者と一緒に！



メインの他に副菜やデザートなども作りました



計6回開催しました。今年度も、参加希望者が多く、毎回抽せんになりました。春野菜のパエリア、油淋鶏、ピザ、鶏もも肉の鍋照り焼き、ビーフストロガノフ、春野菜のペペロンチーノと、その月の季節に合わせた料理をしました。

## 出張講座

【高次脳機能障害の基礎知識】  
・居宅介護支援事業所7名（一般的の障害の説明と介護保険を利用しながら就労支援をした事例紹介）

## 当事者相談

地域生活支援センターあけぼのでは、障害当事者や障害のある方のご家族が相談員となり、同じ悩みを持つかたの相談にのっています。相談は事前申し込み制です。また、家族相談として「障害のある人の暮らしの選択」をテーマに決めて「相談員とお話し会」を実施しました。



6月 川崎水族館(カワスイ)



11月 府中市内観光ツアー(多磨霊園)



8月 ポッチャ体験



2月 いちご狩り&CAFE

計4回開催しました。年間予定をみて楽しみにしていただいた方も多く、募集案内前に「〇〇はいつから申し込みですか？」とお問合せいただくこともありました。

## 音と動きのワークショップ



いろいろな色のペンを使うことも

計6回開催しました。楽器を使ったり、音楽を流したりするために防音設備のある会場にしています（芸術劇場分館かプラッツのスタジオ）。毎回テーマがあり、みんなで楽しく体を動かします。5月は「深海 光と音のシアター」7月は「雨の風景」9月は「ドレミパイプで即興メロディ」11月は「虫たちの音楽会」1月は「ハロー2026年！」



輪になって交互に・みんなで合わせて動いたり楽器を鳴らしました



一人ひとりダンス

## 高次脳機能障害支援促進事業

### 学習会

失語症友の会「いろりの会」についてご講演いただきました。恵仁会病院のSTの先生と当事者の方にお越しいただき、地域生活で失語症の方々のつながりの重要性や、日常生活を補助してくれるアプリなども紹介していただきました。

### つながろう会(関係機関連絡会)

今年度1回目は「いこいプラザ」の見学をしました。地域にある障害のある人が利用できる複合施設（グループホーム・ショートステイ・就労継続支援B型）の機能や役割を知り、利用者さんの感想も聞きました。2回目は世田谷公園前クリニックの長谷川先生をお迎えして事例検討会を開催しました。医療や介護、障害などの制度をまたいで情報共有できました。

### さろんdeぼ〜の

高次脳機能障害の当事者にご集まっていただき、生活の中で活かせるリハビリを行ったり、お花見や国分寺に散歩に行ったり、楽しみながら活動できました。同じ障害の人どうし安心してお話ができる場になっています。

### 家族さろん

今年度も家族の方にご集まっていただき、通院や運転免許、リハビリのことについて情報共有できました。年数が経って、身体機能や認知機能の衰えも新たに症状として出てくることの家族の戸惑いの声も聞くことができました。

