

令和6年度身体障がい者福祉センター通常講座

# 新規受講者募集

対象となる方 身体障がい者手帳をお持ちの方

【募集講座】 毎月1回、所要時間 70分～100分

講座名	曜日・開始時間	会場	内容	募集人数
折紙①	火・13時20分	㊞	折紙の基礎から応用まで様々な作品づくりを行います。※①と②で毎月受講することもできます。また、①と②のどちらか選んで受講することもできます。	若干名
折紙②	金・13時20分	㊞		
習字②	木・14時00分	㊞	講師作成のお手本により季節や時候に応じた「かなと漢字」の練習を行います。道具貸出あり。	3
川柳	金・13時20分	㊞	講師が出す課題をテーマに川柳を作り、講師による作品の評価などを行います。	3
歌①	水・10時00分	㊞	発声の仕方や歌唱法などを学び季節や時期に応じた曲を歌いながら楽しめます。	4
スピードボール	4～11月 火10時20分 12～3月 火13時20分	㊞	スピードボールの基本を学びます。椅子に座って、回転する球をラケットで打つ競技です。ラケット貸出あり。	4
椅子ヨガ①	木・10時00分	㊞	リラックスしながら呼吸を意識し、椅子に座ってできるヨガポーズを行います。	5
楽々ストレッチ	水・10時20分	㊞	いつまでも健やかな身体を保つため、身体の奥にある筋肉まで届くストレッチを行います。	3
卓上ゲーム	火(10月(木)・11月(月)) 13時00分	㊞	麻雀、花札、トランプ、オセロ、将棋等、様々な卓上ゲームを楽しみながら参加者同士の交流を行います。	4

※会場

㊞～総合福祉保健センター5階 作業訓練室

㊞～市役所地下 団体研修室

※その他

・送迎あり（要相談）

・運動系は要介護認定1以上、文化系は要介護認定2以上の場合、付添必要

【申込】 身体障がい者福祉センター 電話 047-445-1543

令和6年度身体障がい者福祉センター通常講座実施予定日一覧

講座名 場所	日にち											
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
折紙① 作業訓練室	2	—	4	—	—	—	1	—	3	—	4	—
折紙② 作業訓練室	—	10	—	12	—	13	—	8	—	10	—	14
習字② 作業訓練室	4	2	6	4	—	5	3	7	5	9	6	6
川柳 作業訓練室	19	24	21	19	—	20	11	15	20	24	21	21
歌① 団体研修室	17	15	19	17	—	18	16	20	18	22	19	19
スピードボール 団体研修室	9	14	11	9	—	10	8	12	—	—	—	—
	—	—	—	—	—	—	—	—	10	14	12 (水)	4
椅子ヨガ① 団体研修室	18	16	20	18	—	19	10	21	19	16	13	13
【新講座】 楽々ストレッチ 団体研修室	24	22	26	24	—	25	23	27	25	29	26	5
卓上ゲーム 団体研修室	23	28	25	23	—	24	24 (木)	25 (月)	24	28	25	25

【場所】 本庁地下1階・・・団体研修室、保健センター5階・・・作業訓練室

※講座の日にちや場所等が変更になることがあります。

<https://logoform.jp/f/WCjF7>



令和 6 年度通常講座  
新規受講者募集  
申込フォーム

申込フォームを使わず申し込む場合は、下の申込書に記入をして  
身体障がい者福祉センターのスタッフにお渡しください。

令和6年度身体障がい者福祉センター通常講座 新規申込書

氏名	
住所	〒      鎌ヶ谷市
電話	自宅                      携帯
生年月日	昭和・平成      年      月      日
生涯についで	身体障害者手帳      あり・なし 障がいの状況(                      )
希望講座	
送迎希望	あり      ・      なし