

# うつのみや

しゃ きょう



平成22年 2月 1日発行

◆ 135号 ◆

編集発行  
社会福祉法人

宇都宮市社会福祉協議会

宇都宮市中央1丁目1番15号

宇都宮市総合福祉センター内

電話 636-1215(代)

F A X 638-9856

<http://www.utsunomiya-syakyoo.or.jp>



# 社協だより

## 老人福祉センターでは、 人生の楽しみ・生きがい探しを応援します!

筋力アップ体操

山野草



日光彫

太極拳

### 「老人福祉センター」とは…

地域の高齢者が明るく元気に過ごすために、健康の維持増進、教養の向上のための各種講座や教室、困りごとの相談などを行っている施設です。また、高齢者の交流を図るための場としても利用されています。

入浴しながら、ゆったりのんびり過ごすもよし。

書道・日光彫や体操など、様々な教養講座を受講して、仲間とワイワイ楽しく過ごすのもよし。

### お知らせ

平成22年度の教養講座の募集案内が2ページに掲載されていますので、ご希望の講座をご確認のうえ、お申込みください。

利用の方法・講座の内容など、詳しくは各施設へお問い合わせください。

—— “うつのみや社協だより” は、「回覧」です。よろしくお願い申し上げます。 ——

上河内支所 〒321-0407 宇都宮市松田新田町116-1 上河内老人福祉センター内

電話：(674) 4003 FAX：(674) 4258

河内支所 〒329-1102 宇都宮市白沢町385 河内総合福祉センター内

電話：(673) 8453 FAX：(673) 1029

～人生の楽しみ・生きがい探しを応援します！～

# 老人福祉センター平成22年度「教養講座」受講生募集

同じ趣味を持つ同年代の仲間と、楽しく学んでみませんか？

初心者対象なので誰でも気軽に受講できます。

- 会 場：市内各老人福祉センター
- 対 象：市内在住で60才以上の方（平成22年4月1日現在）
- 開講日：4月から1年間。毎月2回程度。
- 費 用：受講料は無料です。ただし、教材費のみ自己負担となります。
- 申込み：各施設にある申込み用紙またはハガキ（はじめての筋力アップ体操は除く）に、住所・氏名（ふりがな）性別(ダンス講座)・生年月日・電話番号・希望講座(第2希望まで)を記入し、3月12日（当日消印有効）までに、ご希望の各施設へお申込みください。（電話での申込みは受け付けておりません）
- お願い：申込み人数が定員を超えた場合は抽選、またおおむね半数に満たない講座は休講となります。  
一度修了された講座は原則として再度受講できません。



ことぶき会館	〒321-0112	屋板町558	TEL・FAX 656-8792
ふれあい荘	〒321-0904	陽東2-3-1	TEL・FAX 663-3156
やすらぎ荘	〒320-0075	宝木本町1991-1	TEL・FAX 665-5284
すこやか荘	〒320-0852	下砥上町1259-3	TEL・FAX 665-5284

## 各老人福祉センターの講座一覧

場所	講座	開講日	時間	定員	場所	講座	開講日	時間	定員
ことぶき会館	水墨画	第1・3火	10:00~12:00	15人	やすらぎ荘	民謡	第1・3月	10:00~12:00	20人
	踊り	第1・3火	10:00~12:00	20人		日本画	第2・4月	10:00~12:00	20人
	吟詠	第1・3水	10:00~12:00	20人		水墨画	第2・4月	10:00~12:00	20人
	フラダンス	第1・3水	10:00~12:00	20人		書道	第1・3火	10:00~12:00	20人
	俳句	第2・4水	10:00~12:00	20人		山野草	第1・3木	10:00~12:00	20人
	書道	第1・3木	10:00~12:00	30人		華道	第1・3木	10:00~12:00	20人
	生け花	第2・4木	10:00~12:00	20人		絵手紙	第2・4木	10:00~12:00	20人
	太極拳	第2・4木	10:00~12:00	30人		陶芸	第2・4木	10:00~12:00	15人
	日光彫	第2・4金	10:00~14:00	15人		囲碁	第1・3金	10:00~12:00	20人
	ヨーガ・リズム体操	第1・3月	10:30~12:00	15人		川柳	第1・3金	10:00~12:00	15人
ふれあい荘	ふれあい元気体操	第2・4月	10:30~12:00	15人	太極拳	第2・4金	10:00~12:00	30人	
	茶道	第1・3火	10:00~12:00	10人	盆裁	第2・4金	10:00~12:00	20人	
	大正琴	第1・3火	10:00~12:00	10人	ヨーガ・リズム体操	第1・3土	13:00~14:30	30人	
	水墨画	第2・4火	10:00~12:00	10人	すこやか荘	社交ダンス	第1・3月	10:30~12:30	20人
	書道	第1・3水	10:00~12:00	10人		編物	第1・3月	10:30~14:30	20人
	百歳体操	第2・4水	10:00~12:00	15人		日光彫	第1・3火	10:00~14:00	15人
	陶芸	第1・3木	10:00~12:00	10人		日本画	第1・3火	10:00~14:00	20人
	日光彫	第2・4木	13:00~15:00	10人		踊り	第1・3水	10:30~12:30	10人
	吟詠	第2・4金	13:00~15:00	10人		水墨画	第1・3水	10:00~12:00	20人
	手芸	第2・4金	10:00~12:00	10人		短歌	第2・4水	10:00~12:00	20人
				太極拳		第2・4木	10:00~12:00	25人	
				民謡		第1・3木	10:00~12:00	20人	
				はじめての筋力アップ体操(木)		第1・3木	10:30~12:00	20人	
				はじめての筋力アップ体操(金)	第2・4金	10:30~12:00	20人		
				書道	第2・4金	10:00~12:00	20人		





## 子どもたちのあそび広場「ゆうあいひろば」に行ってみよう!

劇団「貝の火」による人形劇



### さるかに合戦 七匹のこやぎ

日 時：平成22年3月6日（土）  
午後2時～3時（予定）  
会 場：ゆうあいひろば  
（うつのみや表参道スクエア6階 多目的ホール）  
対 象：乳幼児・小学生  
※乳幼児には、保護者同伴  
定 員：先着100名  
その他：当日 午後1時30分より、入場整理券を配付します。

### 工作教室 フラバン工作

プラバンシートに絵を描き、オーブントースターで加熱して小さなプレートを作ります。

日 時：平成22年3月19日（金）・20日（土）  
①午前10時～ ②午後2時～

会 場：ゆうあいひろば 工作室

対 象：乳幼児・小学生

※乳幼児には、保護者同伴

定 員：①・②ともに、先着20名

その他：受付で申込みが必要です。

（受付開始）当日 ①午前9時～ ②午後1時～

【お問い合わせ】

宇都宮市ゆうあいひろば  
宇都宮市馬場通り4-1-1  
うつのみや表参道スクエア6階  
電話 616-1570  
FAX 616-1572



## ～ご存知ですか？在宅福祉サービス～

サービスをご希望の場合は、お気軽にお問い合わせください。

### ファミリーケアサービス

家事援助サービスを受けたい「利用会員」と家事援助サービスを行う「協力会員」で構成される会員制の有償ホームヘルプサービスです。

#### 利用対象者

日常生活を営むうえで支障のある高齢者や心身障がい者、妊産婦、ひとり親世帯など

#### サービスの内容

食事の準備や後片付け、住居等の掃除、外出時の付き添い、産前産後の家事援助など

#### サービス提供日・時間

原則として、月曜日～金曜日 午前9時～午後5時  
※ 休業日は、土日祝休日、年末年始。

#### 入会金

当サービスは会員制ですので、入会金が必要です。  
利用会員 **3,000円** 協力会員 **1,000円**

#### 利用料金

○1時間につき、860円  
○休業日・時間外については、1時間1,075円  
※その他、支援員（協力会員）の交通費は、利用会員の実費負担となります。

#### その他

家事援助を行う「協力会員」の登録も受付しています。

### 福祉理美容出張費補助サービス

● 理美容の出張サービスを希望する際の、理美容師の出張費を補助するサービスです。  
● ※カット代金は、利用者に通常料金を負担していただくこととなります。

#### サービスの補助対象者

- 在宅の高齢者で65歳以上の寝たきりの方
- 理美容師に協力できる介護者がいる方

#### 利用のしかた

- 1. 社会福祉協議会や市内の各老人福祉センターにある申請書をご提出ください。
- 2. 年間6枚までの出張補助券が交付されます。
- 3. 社会福祉協議会に登録してある理美容店に連絡し、サービスをお受けください。
- 4. 出張経費を補助券で、カット代金は通常の料金をお支払いください。

【お問い合わせ】 福祉サービス課

宇都宮市中央1-1-15 宇都宮市総合福祉センター5階  
電話 636-1215 FAX 610-6605



施設紹介シリーズその2

行ってみよーか 見てみよか

地域の中に身近にある社協で管理運営している施設を紹介していきます。ぜひ、ご来館ください！！

どこにあるの？

環境学習センター・クリーンパーク茂原  
(清掃センター)の北側にあります。

どんなところ？何ができるの？

クリーンパーク茂原で発生した熱エネルギーを利用して、お風呂やプールを運営しているエコな施設です。  
高齢者や障がい者等の健康づくり・生きがいづくりの場を提供するとともに、市民の健康増進や世代間・地域間の交流を促進することを目的としています。

だれが利用できるの？

大人から子どもまで、どなたでも利用できます。

開館時間は？お休みはいつ？

午前10時から午後9時まで開館しています。  
お休みは、毎週月曜日(祝日の場合は、翌日以降の最初の平日)です。その他、年末年始・施設点検期間がお休みとなります。

お金はかかるの？

施設の利用料は、下記の表のとおりです。  
6回分のお得な回数券もあります！

利用料	一般	65歳以上	中学生以下
風呂のみ	400円	200円	200円
プールのみ	500円	250円	250円
風呂とプール	600円	300円	300円

※3歳未満のお子さんは、プールの利用はできません。  
※プールをご利用の場合は、水泳キャップが必要です。

ゴミ焼却の熱利用によって、1年中プールが利用できます。



大浴場・サウナ露天風呂等があります！



ココがおすすめ！

お風呂のお湯は、光明石温泉でとても柔らかく、湯ざわりが最高です。身体の芯から温まります。

交通案内



【お問い合わせ】  
宇都宮市茂原健康交流センター  
宇都宮市茂原町777-7  
電話 654-2815  
FAX 654-2830



あなたの真心を あなたのまちに

# もんなん基金へのご寄付 ありがとうございます



今年度**3,987,496**円のご寄付をいただきました。  
みなさまのご協力に心よりお礼申し上げます。

(平成21年4月1日～12月31日現在)

宇都宮市社会福祉協議会では、お互いが助けあう地域ぐるみの福祉活動を盛んにするため、みなさまからの寄付金を、ひとり暮らし高齢者の会食会や男性高齢者の調理講習会など、地域の福祉活動推進に役立させていただいております。

今後とも、みなさまの温かいご協力を心からお願い申し上げます。



〈おねがい〉

個人・団体・企業等からの寄付ならびにチャリティーイベント等での益金の寄付など、「ぎんなん基金」へのご協力をお願いいたします。

また、「ぎんなん基金募金箱」を設置協力してくださる団体・施設・店舗等がございましたら、下記までご連絡くださいますようお願いいたします。

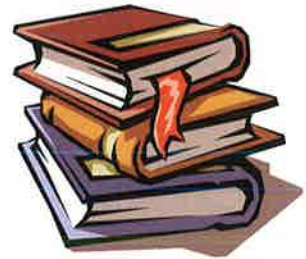
【お問い合わせ】 宇都宮市社会福祉協議会 総務企画課  
〒320-0806 宇都宮市中央1-1-15 宇都宮市総合福祉センター内  
電話 636-1215 FAX 638-9856



# おしらせ ご利用ください！点字図書

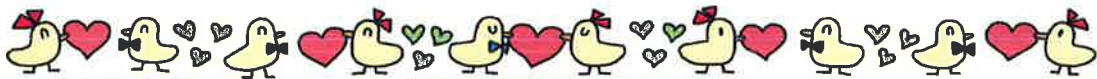
宇都宮市障がい者福祉センターでは、宇都宮市内在住で視覚に障がいのある方に、  
点字図書・テープ図書・大活字印刷本などを貸し出ししています。

詳しくは、センターまでお問い合わせください。



## 《利用のしかた》

1. はじめに、住所・氏名・電話番号の登録が必要です。  
※センターにお越しの際、または電話での登録も可能です。
2. 貸出希望の際は、電話・ファクス・手紙などでお申し込みください。  
ご自宅に、郵送にてお届けいたします。
3. 返却は、指定の郵送袋（または箱）の宛名カードを裏返しにし、「障がい者福祉センター宛」に変えて、郵便局の窓口へ差し出してください。無料で返送できます。
4. 貸出の数量・期間については、点字図書は一度に4冊まで、テープは4巻までとなります。  
貸出期間は、往復の郵送日を含め2ヶ月までです。



ありがとうございます

今年度も12月1日に東京電力株式会社  
宇都宮支社から点字図書・テープ図書  
などをご寄贈いただきました。



## 【お問い合わせ】

宇都宮市障がい者福祉センター

宇都宮市中央1-1-15

宇都宮市総合福祉センター2階

電話 639-1050

FAX 639-1052

## 新着図書

- 点字図書 『「まじめ」は寿命を縮める「不良」長寿のすすめ』  
『日本のお米、日本のご飯』、『鉄道の音』、『平成落語論』
- テープ図書 『上機嫌な言葉366日』、『宇宙の片隅で恋を語る』  
『精神科医ミツルの妄想気分』、『きのうの世界を壊します』
- 大活字本 『命』、『松下幸之助日々のことば』

総合福祉センターは、児童・障がい者および高齢者等の福祉の増進、市民活動による地域福祉の推進を図るための施設です。

## 宇都宮市総合福祉センター・河内総合福祉センター

福祉に関するボランティア活動、社会福祉団体の育成・活動等の場として、会議室・研修室等の貸出を行っています。趣味のサークルや企業の会議等でもご利用いただけます。（利用は有料となります。

ただし、障がい者等の方が利用の場合は、利用料の減免制度があります。）

宇都宮



利用をご希望の場合は、宇都宮・河内の各総合福祉センターまで、お問い合わせください。

### 《宇都宮市総合福祉センター》

〒320-0806 宇都宮市中央1-1-15

電話 634-2941 FAX 638-9856

Mail kanri@utsunomiya-syakyo.or.jp

下記の日程は、館内定期清掃のため会議室の貸出を行っておりません。

3/7(日)・3/14(日)・3/21(日)・3/22(月)

### 《河内総合福祉センター》

〒329-1102 宇都宮市白沢町385

電話 673-8453 FAX 673-1029

Mail mail.kawachi@utsunomiya-syakyo.or.jp



河内