

# ととろ

ともに楽しみ ともに学び 元気になろう

第40号(平成26年10月31日発行)  
 静岡県身体障害者福祉センター  
 静岡市葵区駿府町1番70号  
 TEL:054-252-7829  
 FAX:054-255-2011

## 寒さ乗りきる!

# リフレッシュ体操 参加者募集

福祉センターでは、スポーツ・レクリエーション指導事業を行っています。

今回は、これからの寒～い季節を乗りきるために、少しでもカラダを動かしてもらおうと、運動が苦手な方でもゆったりとできるリフレッシュ体操の講座を企画しました!

カラダを動かした後は、みなさんで昼食、手品ショーを楽しみながらの交流会も予定しています。たくさんのご参加をお待ちしています。

- 日時 平成27年1月29日(木) 10:30~14:00(予定)  
 日程 10:30~ スポーツ講習 (指導:嶋村 彩 先生)  
 12:00~ 昼食・休憩  
 13:00~ レクリエーション交流会 (手品ショー:吉田 英一 氏)  
 14:00 終了

会場 静岡県総合社会福祉会館 6階 体育館・5階 集会室  
 ※参加人数によって、会場が変更になる場合があります。

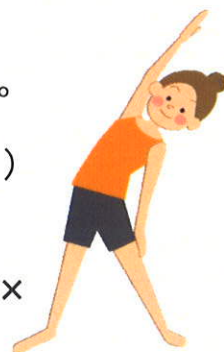
対象 静岡県身体障害者福祉センターの利用者  
 定員 20名程度(定員になり次第、締め切らせていただきます。)

参加費 500円(お弁当代として)  
 持ち物 スポーツタオル(ストレッチにも使います。)

その他 体育館シューズ ※マットの上ではくつ下 スtockingは×  
 体が動かしやすく、あたたかい服装

※寒い時期なので、上着を1枚多めに用意してください。

申込み 下記の申込書に参加費をそえて福祉センターまでお申し込みください。



キ リ ト リ

## 寒さ乗りきる!リフレッシュ体操 申込書

参加者氏名	
連絡先電話番号	
所属 ○をつけてください。	訓練教室生 ・ 福祉センター利用団体 (団体名: )



# 福祉センター 12月の予定表



曜日	月	火	水	木	金	土	日	備考
日	1	2	3	4	5	6	7	12/21(日) うたの広場
午前					トリム			
午後							音楽	
1日				卓球		卓球		
日	8	9	10	11	12	13	14	
午前				料理				
午後					書道			
1日						卓球		
日	15	16	17	18	19	20	21	
午前					トリム			
午後								
1日					卓球	卓球		
日	22	23	24	25	26	27	28	
午前					生花		休館日	
午後					書道			
1日						卓球		
日	29	30	31					
午前	休館日	休館日	休館日					
午後								
1日								



## 夢いっぱいアートフェスティバル 2014 静岡県障害者芸術祭に参加しました！

10月25日(土)静岡市の中心市街地にある”葵スクエア”を会場に、「静岡県障害者芸術祭 ～夢いっぱいアートフェスティバル2014～」が開催され、私たち県身体障害者福祉センター訓練教室の『トリム体操教室』のみなさんと、福祉センターの体育館を利用してくださっているグループ『Angel』のみなさんが、みんなで交流ステージの舞台に登場して日頃の練習の成果を発表してくれました。



音楽に合わせてトリム体操!!



Angelさんのダイナミックな合奏♪



授産製品コンクールの作品

紙面に関するお問い合わせは・・・

**静岡県身体障害者福祉センター**

TEL:054-252-7829 FAX:054-255-2011 (月曜日～金曜日 9:00～17:00)