

ととろ

ともに楽しみ ともに学び 元気になろう

第98号(2019年9月2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




毎回、大好評の福祉センター”ミニコンサート”を、今年も下記の日程で開催します♪
すっかりおなじみになりました前島さんの重厚なバイオリン、独学とは思えない高橋さんのピアノ、
大川先生の軽妙なおしゃべり(!?)をたっぷりお楽しみください。そして、大いに歌いましょう♪

- [日 時] 令和元年10月15日(火) 13:30~15:00(予定)
- [会 場] 静岡県総合社会福祉会館 5階 音楽室
- [定 員] 30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] 無料
- [演奏者] 前島 正澄氏(バイオリン) 高橋 一泰氏(ピアノ・フルート)
大川 義春氏(進行・独唱)
- [申込み] 人数把握のため事前申込をお願いします。福祉センターまでご連絡下さい。

第34回障害者による書道・写真全国コンテスト作品募集

- 募集内容 書道部門・・・題材は自由です。(硬筆・毛筆とも可)
写真部門・・・フリーの部(題材は自由です)
ポートレート部(人物を題材とした作品が対象となります)
携帯フォトの部(携帯電話のカメラ機能を使ってご応募ください。題材は自由です)
※応募は各部門1人1作品まで(書道と写真双方の応募は可)とさせていただきます。
- サイズ 書道部門・・・半紙サイズ、硬筆はA4サイズ ※タテ・ヨコ自由
写真部門・・・四ツ切、ワイド四ツ切サイズ
デジタルカメラ作品の場合はA4サイズも可 ※タテ・ヨコ自由
※詳細は応募要項に記載。
- 応募方法 応募用紙に必要事項をご記入の上、作品を添えて静岡県身体障害者福祉センターにご提出ください。なお、全国コンテスト事務局への個人での直接応募は審査の対象外となりますのでご注意ください。 ※応募用紙は福祉センターに備え置いています。お問合せください。
- 応募締切 令和元年9月20日(金) 静岡県身体障害者福祉センター必着
- お問合せ 静岡県身体障害者福祉センター 〒420-0856 静岡市葵区駿府町1-70
TEL:054-252-7829 FAX:054-255-2011

曜日	月	火	水	木	金	土	日	備考
日		1	2	3	4	5	6	10/15(火) ミニ コンサート 
午前					トリム			
午後								
1日				卓球		卓球		
日	7	8	9	10	11	12	13	
午前				料理				
午後					書道			
1日						卓球		
日	14体育の日	15	16	17	18	19	20	
午前	休業日				トリム			
午後		音楽			書道			
1日					卓球	卓球		
日	21	22即位礼正殿の儀	23	24	25	26	27	
午前							休館日	
午後					書道			
1日						卓球		
日	28	29	30	31				
午前	生花							
午後								
1日								

身体障害者福祉センター スポーツ・レクリエーション指導事業

夏バテ解消！チェアウェルエクササイズ を開催しました！

8月22日(木)、県総合社会福祉会館5階集会室において、静岡県身体障害者福祉センター主催のスポーツ・レクリエーション指導事業「夏バテ解消！チェアウェルエクササイズ」講座を開催しました。講師には、ピラティス・ヨガなどを指導されている嶋村彩さんをお招きしました。

はじめに、参加者一人ひとりの体の状態(障害・体の動かしにくい部分・痛みなど)や運動歴を聞き、その後、イスに座ったまま呼吸を意識しながら全身をゆるめ、体のバランスを整えるストレッチを行いました。

参加者からは「体が軽くなった」「ゆっくりと体を動かして、体全体がほぐれてとても良かった」「自分の体の中で動かしていない部分を確認できた」と感想が寄せられました。



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)