

総合福祉 5月号 センターだより

発行

☆（社福）多摩市社会福祉協議会

☎ 042-356-0307

FAX 042-356-1155

☆多摩市立温水プール・

多摩市総合福祉センター指定管理者

「二幸産業・NSPグループ」

☎ 042-356-0303

FAX 042-356-1155

今月号の記事

★地域活動支援センター「あんど」（障がい者福祉センター）からのお知らせ★

- 障がい者パソコン教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2ページ
- 障がい者体操教室(前期)・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3ページ
- 親なきあと個別相談・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4ページ
- 障がい者「カラオケの日」を開催しています・・・・・・・・・・5ページ
- グループ活動「マール」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・6ページ
- 高次脳機能障害者支援促進事業 グループ活動「ほのぼの」・・・・7ページ
- 高次脳機能障害者支援促進事業 グループ活動「桜プラス」・・・・8ページ
- 高次脳個別相談会・障がい者パソコン相談会・言葉のこと相談・・・・9ページ

★老人福祉センターからのお知らせ★

- 寿大学「パソコン講座」参加者募集！・・・・・・・・・・・・・・・・・・10ページ
- 老人福祉センター 個別パソコン相談会・・・・・・・・・・・・・・・・・・11ページ
- 高齢者カラオケの日・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12ページ
- 総合福祉センター送迎バス運行時刻表・・・・・・・・・・・・・・・・・・13ページ

★その他のお知らせ★・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・14ページ

状況により、事業中止や内容変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。

～ 豆まめ知識 ～

5月

きつねとたぬき

一般に関東では油揚げがのったそば・うどんを「きつね」、天かすのせを「たぬき」と呼びます。一方、関西は「きつね」といえば油揚げののったうどん、「たぬき」は油揚げののったそばを指し、天かすのせは、ハイカラうどん・そばと呼びます。しかし、関西の大阪地区では天かすを無料で提供している店が多いのでハイカラという呼び名は馴染みが薄いようです。ちなみに、京都では、きざんだ油揚げと青ネギをのせて、あんかけをかけたそば・うどんを「たぬき」と呼んでいます。



地域活動支援センター「あんど」及び老人福祉センターに関するお問合せ先は14ページ、各種講座の申込方法は各ページに記載しています。受付時間は、日曜日、第2土曜日、祝日、年末年始を除く8時30分～17時までです。
なお、配架は配送の都合上、発行日以降となる場合があります。予めご了承ください。

障がい者パソコン教室

～皆さんのチャレンジを応援します～

今までにパソコンを使ったことがない初心者の方にも、わかりやすく親切に教えます！

日時 【木曜コース】 5月7日・14日・21日・28日
【土曜コース】 5月30日、6月6日・20日・27日
全て13時30分～15時30分（各4回）

場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ7階 704 研修室

対象 多摩市に住所を有する18歳以上で障がいのある方
（視覚障がいの方は除く）

定員 4人（定員を超える場合は抽選）

費用 500円（テキスト代）

内容 ワードの使い方など



※参加者の方々の状況に応じて個別に対応します。

講師 パソコンボランティア多摩

申込締切 定員に達するまで随時募集

申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口または、
電話・FAXで申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど
☎042-356-0307 FAX042-356-1155

障がい者体操教室(前期)

からだを動かしたい！



椅子に座りながら簡単な体操でからだを動かし、筋力の維持やリフレッシュをしませんか？

- 日時 5月7日・21日、6月4日・18日
7月2日・16日、8月6日・20日、
9月3日・17日
全て木曜日10時～11時30分（全10回）
- 場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階多目的フロア
- 対象 多摩市に住所を有する18歳以上で障がいのある方
- 定員 15人
- 内容 ボールやタオルを使用した体操やストレッチなど
- 講師 (有)アオキファミリー 青木 美樹先生
- 申込締切 定員に達するまで随時募集
- 申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口
または電話・FAXで申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど
☎042-356-0307 FAX042-356-1155

障がいのある方のご家族へ

『親なきあとと個別相談』

障がいのある子に役立つ情報を得て、「親がいるあいだ」に親なきあとのことを考えてみませんか。法律の専門家である行政書士が相談を受けます。ご兄弟の方もぜひご相談ください。

親なきあとの
お金のやりくりは
どうしたらいい？

先々のことで
やっておくべき
ことは？

使える制度や
福祉サービスは？



相談員 渡部 伸氏

プロフィール：渡部行政書士社労士事務所代表（行政書士/社会保険労務士）

『障害のある子の「親なきあと」～「親あるあいだ」の準備』の著者。障がいのある子をもつご家族の共通の悩みである「親なきあと」のことを一緒に考え、早くからの対策を提案されています。

日時 5月20日、6月10日、7月8日 水曜日
① 13時～13時45分 ② 14時～14時45分

場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階

対象 多摩市に住所を有する障がいのある方とそのご家族

定員 1家族（申込先着順）

申込方法 相談日の前週の金曜日(休館日の場合は前日)までに、二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口または電話で申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

障がい者

「カラオケの日」で 元気に！楽しく！唄いましょう！



障がいのある方の「カラオケの日」を月1回開催しています。初めての方も、ひさしぶりに参加したい方も、どなたさまも、楽しく唄って、皆さんと交流し日頃のストレス発散などしませんか。どうぞお気軽にお申し込みください。

★開催日：毎月第4土曜日の午前

- ・場所：二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ(総合福祉センター)6階 音楽活動室
- ・時間：9時15分～11時30分(9時より受付開始)

・参加できる方

事前にお申込ください(申込先着順)

多摩市にお住まいの、概ね18歳以上の障がいのある方と介助者の方

※会場定員は10名です。定員の関係で、参加を調整する場合があります。

※会場の出入りは自由ですが、参加希望の方は、事前に下記までご連絡下さい。

開催日

◎日程は変更・お休みになる場合があります。予めご了承ください。

令和8年	4月	4月25日(土)
	5月	5月23日(土)
	6月	6月27日(土)
	7月	7月25日(土)
	8月	8月22日(土)
	9月	9月26日(土)
	10月	10月24日(土)
	11月	11月28日(土)

※12月以降は別途お知らせします



↑こちらが「音楽活動室」です♪

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

グループ活動「マーブル」

基本 毎月
第4木曜日



「マーブル」は、「何かを始めるきっかけをつかみたい」「仲間と悩みを分かち合いたい」といった思いを持つ多摩市に住所を有する統合失調症を主診断とする方たちが集まるグループです。

社会参加のきっかけとなるよう毎月活動を行っています。一人ひとりの目標に合わせて、過ごすこともできます。自分のペースで参加してみませんか？



日時 毎月第4木曜日
13時30分～15時30分
4月23日、5月28日
6月25日、7月23日、
8月27日、9月24日

※見学だけでも
大歓迎です♪

場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階 やまざくら

費用 基本無料ですが、作品などのお持ち帰りの際は100円がかかります。



申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口、または電話・FAXで申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

高次脳機能障害者支援促進事業

高次脳機能障害とは、脳血管疾患や交通事故などで脳に損傷をうけ、思考記憶力・判断力の低下・言語障害などの症状により日常生活に支障が生じるものです。外見からわかりにくく、自覚することが難しいため、家族も戸惑い生活上のトラブルも少なくありません。この障がいのある方とご家族が地域で安心した生活をするための相談窓口を開設しています。お気軽にご相談ください。

グループ活動「ほのぼの」

基本 毎月
第1土曜日

音楽療法などのプログラムを通してリハビリしませんか？
活動のあとは交流タイム（ゲーム・創作など）でたのしく過ごします。

一緒に活動する
仲間を募集中！



音楽療法士 水野 豪氏

♪
日本音楽療法学会認定音楽療法士・介護福祉士。
高齢者・障がい者施設等で音楽セッションを実施し、
さらにバンド活動など幅広く活動している。

日 時 すべて第1土曜日 10時～12時30分
5月2日、6月6日、7月4日、8月1日、
9月5日、10月3日、11月7日、12月5日
令和9年2月6日、3月6日
※令和9年1月はお休みです。

場 所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階 機能訓練室

対 象 多摩市在住の65歳未満の高次脳機能障がいのある方
（障害者手帳をお持ちでない方も参加できます）
見学随時受付しています。

申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口、
または電話・FAXで申込

申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど
☎042-356-0307 FAX042-356-1155



女性のための グループ活動「桜プラス」

メンバー募集中！！ 毎月第2木曜日に活動しています。
詳細はお問合せください。

「たくさんの方は苦手」「つい家にこもりがち・・・」

そんなあなたへ、女性同士の楽しいおしゃべりでリフレッシュしませんか？

体操・創作ゲームなど、交流プログラムを通して、こころとからだのリハビリを応援します。

日時 すべて第2木曜日 13時30分～15時30分
5月14日、6月11日、7月9日、9月10日、
10月8日、11月12日、12月10日
令和9年1月14日、3月11日
※8月と令和9年2月はお休みです。

場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階 やまざくら

対象 多摩市在住の18歳以上65歳未満の
高次脳機能障がいのある女性
※障害者手帳をお持ちでない方も
参加できます



活動例

ヨガ、音楽、
ネイル、書画、
季節イベント
など

申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口、
または電話・FAXで申込

高次脳機能障害をみんな
に知ってもらい、助け合う
社会を目指して活躍してい
ます。よろしくニャン



申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎042-356-0307 FAX042-356-1155

高次脳機能障がいのある方とご家族へ

個別相談会

日常生活の困りごとや知りたい福祉制度、育児のこと・お金のこと・仲間づくり…働き盛りの世代の家庭が抱える不安や悩みは様々です。この機会に、福祉の専門職と一緒に考えてみませんか？まずは気軽にお問い合わせください。

- 日時 5月2日、6月6日、7月4日 いずれも土曜日 15時～（1時間程度）
- 場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階 やまざくら
- 対象 多摩市に住所を有する65歳未満の高次脳機能障がいのある方とご家族
- 定員 1家族（申込先着順）
- 申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口、または相談専用電話（042-356-0348）へ申込

※土曜日以外にも個別相談を受け付けております。

障がい者個別パソコン相談会

二幸産業・NSP 健幸福祉プラザと多摩ボランティア・市民活動支援センターの2会場にて、パソコン相談会を開催しています。事前申込制です。

- 対象 多摩市に住所を有する18歳以上の障がいのある方
- 相談員 パソコンボランティア多摩
- 申込方法 相談日の前週の金曜日（休館日の場合はその前の開館日）までに二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口、または電話・FAXで申込



二幸産業・NSP健幸福祉プラザ
（総合福祉センター）704研修室
（唐木田駅 徒歩8分）

日時 5月19日 火曜日
① 13時30分 ② 14時30分
定員 ① 2人 ② 2人（申込先着順）

多摩ボランティア・市民活動支援センター
ヴィータ・コミュニネ7階
（聖蹟桜ヶ丘駅 徒歩2分）

日時 5月12日・26日 火曜日
① 13時30分 ② 14時30分
定員 ① 2人 ② 2人（申込先着順）

言葉のこと相談

日頃、困っていることを
言語聴覚士に相談してみませんか？

★ 食事の時に…

- ・飲み込みづらい。
- ・むせることが多くなった。

★ 病気の後に…

- ・上手に話せなくなった。
- ・物の名前が出なくなったり、言い間違いが多い。

★ お子さんの…

- ・発音が気になる。
- ・話す時に、つかえたりどもることがある。（就学前のお子さん対象）

- ・日時 第1週・2週・3週水曜日 15時～16時（要予約）
- ・場所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ4階（受付は3階窓口）
- ・対象 多摩市に住所を有する、言葉や飲み込みにお困りの方
- ・定員 各日1組
- ・申込方法 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階窓口、または電話・FAXで申込

*失語症の方を対象におしゃべりを中心としたグループ活動も実施しています。関心のある方はお問い合わせください。



申込・問合せ



多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

☎ 042-356-0307 FAX 042-356-1155

寿大学「パソコン講座」参加者募集!

申込期間	講座名	コース	時間	受講料	開催日						内容	
4/1~5/8	エクセル初級	E初-1	10時~12時	1,400円	5/18 (月)	5/20 (水)	5/22 (金)	5/25 (月)	5/29 (金)	6/1 (月)	6/3 (水)	・エクセルの基本機能 ・罫線の引き方、使い方 ・データ入力/計算/関数 ・グラフ作成
4/1~5/8	パソコンを使いこなそう!	P使-1	14時~16時	1,200円	5/22 (金)	5/25 (月)	5/29 (金)	6/1 (月)	6/3 (水)	6/5 (金)		・Windowsの解説、パソコンのシステム概要 ・ワード、エクセル、写真アプリを活用 ・インターネットで公的手続き(書式ダウンロード等) ・生活に密接した公的データをダウンロード(防災等)
4/4~5/21	インターネットを活用	I活-1	14時~16時	1,200円	6/4 (木)	6/9 (火)	6/11 (木)	6/18 (木)	6/23 (火)	6/25 (木)		・インターネットとは/Edgeの使い方/AIとは/検索の仕方/SNSの解説/YouTube動画・webページを安全に使用するために・ネットショッピングの紹介、安全な使い方・インターネットで公的手続き(書式ダウンロード等)
4/10~5/27	エクセル経験者レベルアップ	E経-1	10時~12時	1,400円	6/10 (水)	6/12 (金)	6/15 (月)	6/17 (水)	6/19 (金)	6/22 (月)	6/24 (水)	・計算、関数(応用) ・健康管理表、当番表を作成 ・家計簿を作成 ・テーブル、オートフィルターを使う

- 場 所 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)7階704研修室
- 対 象 多摩市に住所を有する60歳以上の方(全日程参加可能な方)
- 定 員 15名(応募者多数の場合抽選・寿大学パソコン講座に初めて申込みの方優先・後日はがきで通知)
- 受講条件
E初-1・I活-1コース: キーボード(文字入力含む)・マウス操作ができる方
P使-1コース: キーボード(文字入力含む)・マウス操作ができる方、
ワード・エクセルを使用したことがある方
E経-1コース: キーボード(文字入力含む)・マウス操作ができる方、
エクセルを使用したことがある方

- 講 師 多摩市シルバー人材センター会員
- 申込期間
E初-1・P使-1コース: 5/8(金)まで
I活-1コース: 5/21(木)まで
E経-1コース: 5/27(水)まで



年間予定表を
3F センター事務室で
配布中♪

- 申込方法 次のいずれかの方法で申込
①二幸産業・NSP健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)3階 センター事務室窓口
*日・祝及び第2土曜日を除く
申込者の住所・氏名を記入したはがきを持参し、所定の申込用紙に記入。
②往復はがき 申込締切日 必着

<p>206-0032</p> <p>85 [返信]</p> <p>多摩市南野3-15-1 二幸産業・NSP健幸福祉 プラザ3階 多摩市老人福祉センター 宛</p> <p>ここには何も記入 しないでください</p> <p>往信宛名面</p>	<p>郵便番号</p> <p>85 [返信]</p> <p>ご自分の住所 氏名 を記入ください</p> <p>返信宛名面</p>	<p>① 希望講座名</p> <p>② 住所</p> <p>③ 氏名</p> <p>④ ふりがな</p> <p>⑤ 生年月日(年齢)</p> <p>⑥ 電話番号</p> <p>往信裏面</p>
--	--	--


必要事項を記入。
記入漏れ・郵便料金不足は
無効となります。

講座受講が決定した方は、講座開始までに老人福祉センターの利用登録が必要です。

※テキストは貸出し、講座で使用するパソコンはOS: Windows 11です。

個別パソコン相談会

パソコン操作の日頃対処できない様々な困りごとに、
寿大学パソコン講座の講師がお答えいたします。
参加を希望される方は、5月20日(水)までにお申込ください。

- 【開催日】 令和8年5月27日(水)
- 【場所】 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ7階 704研修室
- 【対象】 多摩市に住所を有する60歳以上の方
- 【定員】 各枠2人
(先着順・事前予約制。相談時間は1人40分以内。)
- 【予約枠】 ①13時00分～
②13時40分～
③14時20分～
- 【相談員】 多摩市シルバー人材センター会員
- 【申込方法】 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)
3階 センター事務室窓口または電話で申し込み
窓口受付時間 8:30～17:00 ※日・祝及び第2土曜を除く
※予約は一人1枠のみ
※先着順にて受付
- 

■ 申込開始：令和8年5月2日(土) 9:00から

パソコン相談会の内容について

- ・パソコンやその他、付属機器の点検や修理、またはその相談はお受け出来ません。
- ・申し込み当初の相談内容と当日の相談内容が異なる場合、対応しきれない場合もございます。
- ・受付の際、相談内容をお伺いいたします。相談内容によっては、受付をお断りする場合がございます。

< 問合せ > 〒206-0032 多摩市南野3-15-1
二幸産業・NSP健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)
3階 センター事務室 管理係 ☎ 042-356-0303

高齢者カラオケの日



■開催日時

令和8年 4/17・5/15・6/19・7/17
8/21・9/18

(全て金曜日)
10:00～12:00

音楽活動室の定員は10名です。
定員を超えた人数が集まった際は、交代制となります。
譲り合って順番に歌って頂くようお願いいたします♪

■開催場所

ニ幸産業・NSP健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)
6階 音楽活動室

囲碁の日



■開催日時

令和8年 4/20・5/18・6/15・7/6
8/17・9/7

(全て月曜日)
13:00～15:00

日本福祉囲碁協会の方が
教えてくださいますので、
初めての方も大歓迎です♪

■開催場所

ニ幸産業・NSP健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)
6階 集会室

- ・ご利用には老人福祉センターの登録が必要です
- ・ご利用の際は、室内の参加者名簿にご記入をしてください。
- ・入室と退出は自由にできます
- ・室内での飲食はできません。

お問合せ：ニ幸産業・NSP健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)
3Fセンター事務室 管理係 Tel 042-356-0303

多摩市総合福祉センター送迎バス 運行時刻表



行き

	1便	2便	3便	乗車停留所位置
①聖蹟桜ヶ丘駅	7:35	9:15	11:30	バスターミナル 4番乗り場
↓	↓	↓	↓	
②新大栗橋	7:41	9:21	11:36	多摩センター方向バス停
↓	↓	↓	↓	
③永山駅	7:55	9:35	11:50	バスターミナル1番乗り場 ※
↓	↓	↓	↓	
④愛宕四丁目	8:03	9:43	11:58	多摩センター方向バス停
↓	↓	↓	↓	
⑤多摩センター駅	8:10	9:50	12:05	市設置停留所 ※
↓	↓	↓	↓	
⑥落合三丁目	8:15	9:55	12:10	鶴川方向バス停
↓	↓	↓	↓	
⑦総合福祉センター	8:30	10:10	12:25	—

帰り

総合福祉センター発	12:40	15:15	16:45
-----------	-------	-------	-------

★帰りの便について、利用者の降車が無いバス停は通過いたします。

乗務員が、利用者の方に下車する停留所を伺い、極力短い時間で目的地にお送りいたします。

★バスは、交通事情により若干遅延する場合があります。ご理解の程よろしくお願ひします。

※1



<永山駅のり場>

「01番乗り場（公衆トイレ前）」です。

※2



<多摩センター駅のり場>

「歩道橋下（市設置場所）」です。


【乗車対象】

- ・ 総合福祉センターを利用する、60歳以上の多摩市民の方
- ・ 身体障がい者手帳をお持ちの60歳以上の多摩市民の方で、「アクアブルー多摩」を利用する方

【運 行】

- ・ 月～土曜日(第2土曜日、祝祭日、年末年始(12/29～1/3))を除く

★その他のお知らせ★

<p>ふくし 法律相談</p>	<p>財産管理や相続、福祉サービスの利用に関するトラブルなど、高齢者や障がい者の生活上での法律に関わる事柄について、専門の弁護士が相談を受けます。 ◆毎月第3木曜日 ※要予約 日 時：6月18日 (1)13時30分～ (2)14時30分～(各回50分程度) 問合せ：権利擁護センター 042-373-5677</p>
<p>社会福祉士による 成年後見 相談会</p>	<p>「ご本人が不要な契約を繰り返し行っている」「ご本人名義の不動産を処分することができない」など成年後見に関わる事柄について、(一社)東京社会福祉士会権利擁護センターばあとなあ東京所属の社会福祉士が相談を受けます。 ◆原則毎月第4火曜日 ※要予約 日 時：4月28日・5月26日 (1)13時30分～ (2)14時30分～(各回50分程度) 問合せ：権利擁護センター 042-373-5677</p>
<p>スペース<small>しおり</small>葉</p>	<p>障がいの有無に関わらず、概ね18才から64才までの生きづらさを抱えた方やそのご家族を対象に本をテーマとした居場所を開催しています。雑談をしたりお気に入りの本を見つけたり、ゆったりした時間を過ごしてみませんか。 日 時：6月11日(木)14時～16時 場 所：二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ6階 創作室 問合せ：まちづくり推進担当 042-373-5616</p> <div style="text-align: right;">  申込はこちらから→ こくちーずプロから「スペース葉」 検索申込ください。 </div>
<p>ボランティア 相談</p>	<p>ボランティア活動の紹介や、ボランティアポイントの説明・受付登録は下記までご連絡ください。※ボランティア保険は3Fセンター係、7F総務係でも受付しています。 日 時：月曜～金曜 9時～19時 土・毎月第1・3日曜日 9時～17時 問合せ：多摩ボランティア・市民活動支援センター 042-373-6611 場 所：多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニネ7階</p>
<p>≪5月の地域活動支援センターあんど・老人福祉センター休館日≫ 第2土曜日(9日)、各日曜日、みどりの日(4日)、こどもの日(5日)、振替休日(6日)</p>	

ホームページ
QRコード

<問合せ>

☆地域活動支援センターあんどについて

社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会 法人管理課 センター係
☎042-356-0307 FAX042-356-1155
ホームページ <https://www.tama-shakyo.jp>



【多摩市社協のメルマガ配信中(毎月15日頃)】

配信希望の方は entry@tamashakyo.jp に空メールまたは
右の二次元コードから！
センターだよりをいち早くお届けしています。



☆老人福祉センターについて

多摩市立温水プール・多摩市総合福祉センター指定管理者
「二幸産業・NSPグループ」
☎042-356-0303 FAX042-356-1155



(共通)

〒206-0032

多摩市南野3-15-1 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階
※日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時