第３５６号　令和８年１１月２０日（毎月２０日発行）

総合福祉センターだより 12月号

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★
●失語症入門講座ー失語症の人と話してみませんかー・・・・・・・・２ページ
●令和９年度水中機能訓練のお知らせ・・・・・・・・・・・・・・・３ページ
●障がい者パソコン教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・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
●親なきあと個別相談　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６ページ
●グループ活動「マーブル」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・７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」・・・・・８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」・・・・・９ページ
●高次脳 個別相談会・個別パソコン相談会・言葉のこと相談・・・・１０ページ
●多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」のお知らせ・・・・・・・・・１１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・・・・・・・・・・・・・・・１２ページ
●老人福祉センター 個別パソコン相談会　・・・・・・・・・・・・１３ページ
●第５８回南なん亭 クリスマスコンサート・・・・・・・・・・・・１４ページ
●多摩市総合福祉センター送迎バス運行時刻表・・・・・・・・・・１５ページ
★その他のお知らせ★・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１６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 ～

12月
シュトレン
クリスマスを待つ時期（アドベント）に食べるドイツ発祥の伝統菓子です。ドライフルーツやナッツがぎっしり入った生地を砂糖で包んで作られます。日が経つほど味がなじんで美味しくなるため、薄く切って少しずつ食べながら当日までのカウントダウンを楽しめます。



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１６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。

主催　多摩市失語症友の会こだま
協力　多摩市社会福祉協議会　地域活動支援センター あんど

失語症入門講座

― 失語症の人と話してみませんか ―

脳卒中や事故の後、言葉に問題が残ったらそれは失語症かもしれません。

この講座では失語症の人の体験から、失語症とはどういうことかを学びます。
経験豊かな言語聴覚士がわかりやすく、失語症の人との会話のコツを解説します。
皆さまのご参加をお待ちしています。

日　時　２０２７年１月３０日（土）　午後２時～４時

会　場　多摩市総合福祉センター７階　研修室
（多摩市南野３−１５−１　小田急多摩線終点唐木田駅より徒歩８分）

内　容　①失語症当事者の体験談と言語聴覚士の失語症解説
②失語症の人との会話技術の基礎演習
（希望者には、失語症友の会こだまの例会に参加して実際に失語症の人と会話する機会を提供いたします。講座当日に調整します。）

対　象　医療、福祉、介護の相談や支援に携わる方
家族や友人、失語症当事者



参 加 費　無料

募集人数　３０名

受付期間　１２月１日（火）～１月２３日（土）

申し込み　電話　042-356-0307（受付は 9:00～17:00）
FAX　042-356-1155
WEB から申し込み　　二次元コード　⇒
※　多摩市社協の HP にも掲載されています

お問い合わせ：多摩市社会福祉協議会　センター係　（042-356-0307）

地域活動支援センターあんど（障がい者福祉センター）

令和9年度　水中機能訓練のお知らせ

温水プールでリハビリしませんか？

水中機能訓練とは・・・
　温水プールで水の特性を利用したリハビリ運動を行います。
　身体機能の改善、日常生活動作、筋力、体力の維持・向上につながります。





訓練イメージ

・ストレッチ・水中バイク
・筋肉トレーニング
・リラクゼーション　など
理学療法士、看護師、運動指導員と一緒に訓練しましょう！

訓練期間：令和９年４月～令和１０年３月（１期１年）
実 施 日：火・木曜日の１０時～１２時または１３時～１５時　いずれか１枠
場　　所：二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ５階　水浴訓練室
対 象 者：多摩市に住所を有するおおむね１８歳以上の身体障害者手帳をお持ちの方
※心疾患・失禁・感染症の方はご利用できません
※手帳の障害の種類により、ご利用できない場合もあります
※障害者総合支援法の対象となる難病の場合、上記に準じます

●パーキンソン病
●関節リウマチなど
●変形性膝・股関節疾患
●脳梗塞・脳出血後の片マヒ

→ 障害者総合支援法対象疾病 難病の方（ご相談ください）

→ 身体障害者手帳をお持ちの方

費　　用：無料（自宅付近まで送迎バスあり）
申込期間：**令和９年２月１９日(金)まで**
申込方法：二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ３階窓口または、電話でお問合せください。
事前に面談と申請手続きの説明をいたします。
申請書と担当医師の意見書（所定書類）を提出後、判定会議にて決定します。

いつでも見学できます！お気軽にお問合せください！



身近なお知り合い、お友達に、ぜひ、ご紹介ください！

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　FAX０４２－３５６－１１５５

地域活動支援センターあんど（障がい者福祉センター）

障 が い 者 パ ソ コ ン 教 室

エクセルを使ってみよう



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　　令和９年１月１６日・２３日・３０日、２月６日
　　全て土曜日１３時３０分～１５時３０分（全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（応募者多数の場合は抽選）

費　用　　５００円（テキスト代）

内　容　　エクセルの使い方

講　師　　パソコンボランティア多摩

申込締切　　１２月２１日（月）

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

地域活動支援センター「あんど」（障がい者福祉センター）

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

事前にお申込ください（申込先着順）

- 参加できる方

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	１１月	１１月２８日（土）
	１２月	１２月２６日（土）
令和９年	１月	１月２３日（土）
	２月	２月２７日（土）
	３月	３月２７日（土）





↑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

地域活動支援センターあんど（障がい者福祉センター）

基本 毎月
第３水曜日

障がいのある方のご家族へ
『親 な き あ 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　12月16日・令和9年1月20日・2月10日
いずれも水曜日
①13時～13時45分 ②14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枠につき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

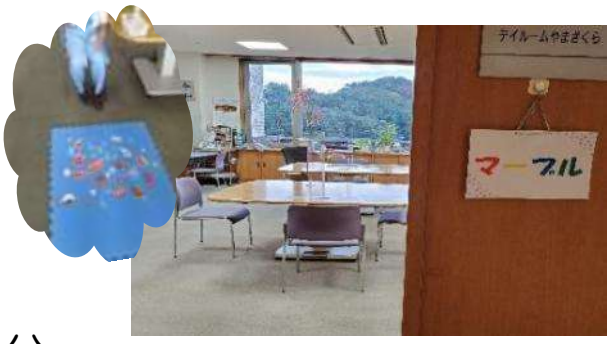
申込・問合せ
多摩市社会福祉協議会　地域活動支援センターあんど
☎042－356－0307　FAX042－356－1155

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
12 月 24 日、
令和９年
１月 28 日、２月 25 日
３月 25 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

地域活動支援センターあんど（障がい者福祉センター）

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。



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
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、やまざくら

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

地域活動支援センターあんど（障がい者福祉センター）



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。

「たくさんの人は苦手」「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
１２月１０日、
令和９年 １月１４日、３月１１日
※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　　１２月５日　（土曜日）１５時～（１時間程度）※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 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そのご家族
- 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　１２月１日・１５日 火曜日
① 13時30分 ②14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・コミューネ７階
（聖蹟桜ヶ丘駅 徒歩２分）

日時　１２月８日・２２日 火曜日
① 13時30分 ②14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合せください。

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　FAX０４２－３５６－１１５５

地域活動支援センターあんど（障がい者福祉センター）

ひきこもりなど“生きづらさ”を感じている方とご家族へ

多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」

～家 族 懇 談 会 の お 知 ら せ～

活動日
基本 隔月（偶数月）
第 4 土曜日
事前申込不要



Welcome!

お試し参加・ご見学
大歓迎！
一度、参加してみませんか？
お気軽にお越しください

「学校に行きたがらない」「家にこもりがち」「社会参加・就労しづらい状態にある」
「家族として本人への関わり方・寄り添い方がわからない」など、お困りや悩みはありませんか？

同じ境遇にあるご家族が出会い、想いを自由に語り合い、交流が出来る“居場所”です。ひきこもりなど、生きづらさを感じているわが子のこと、家族のこと、まずは気軽に集まり、交流することから一緒にはじめてみませんか。ご参加をお待ちしています。



本活動は平成 31 年 2 月より始まりました。現在は 30 代～50 代までのひきこもりなど、生きづらさを抱える方のご家族や支援者が集まって交流をしています。守秘義務を徹底していますので、どうぞ安心してご参加ください。

参加者の声

・「ここでは何を話しても否定されません。安心して話せ、話すことでつながり、道が開けました」
・「同じ境遇にある当事者同士の話を聞き、共感すること、考えさせられること、心の整理ができたり、新たな気づきもあったりして、とても大切なひとときです」
・「話をじっくりと聞いてもらえ、今ではここが自分の“居場所”となっています」

♥次回の定例会：12 月 19 日（土）13:30～16:30（予定）

※1 月の定例会はありません（偶数月のみ開催）

■会場　二幸産業・NSP 福祉プラザ 6 階創作室
■対象　ひきこもり等、生きづらさを抱える方やご家族、関心のある方など
　※他市にお住まいの方もご参加いただけます
■費用　500 円（運営協力費として）
■内容　情報交換、懇談など



お問合せ

★多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」代表メール　ponpoko1140@gmail.com
★社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会　地域活動支援センターあんど
　〒206-0032 多摩市南野 3-15-1 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ 3 階
　☎042-356-0307　FAX 042-356-1155　＊日曜日・第 2 土曜日・祝日を除く 8 時 30 分～17 時
　HP: https://tama-shakyo.jp/tama-hikikomoriponpoko

老人福祉センター

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
11/12～12/28	エクセル経験者レベルアップ	E経-3	14時～16時	1,400円	1/12	1/14	1/21	1/26	1/28	2/4	2/9	・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
					（火）	（木）	（木）	（火）	（木）	（木）	（火）	
11/13～12/28	パソコンを使いこなそう!	P使-3	10時～12時	1,200円	1/13	1/16	1/20	1/23	1/27	1/30		・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）
					（水）	（土）	（水）	（土）	（水）	（土）		
11/16～1/4	インターネットを活用	I活-3	14時～16時	1,200円	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19		・インターネットとは/Edgeの使い方/AIとは/検索の仕方 ・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 ・SNSの解説/Youtube動画 ・インターネットで公的手続き（書式ダウンロード等）
					（金）	（金）	（金）	（金）	（金）	（金）		

●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　キーボード（文字入力含む）・マウス操作ができる方
　　Ｅ経-３コース：エクセルを使用したことがある方
　　Ｐ使-３コース：ワード、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



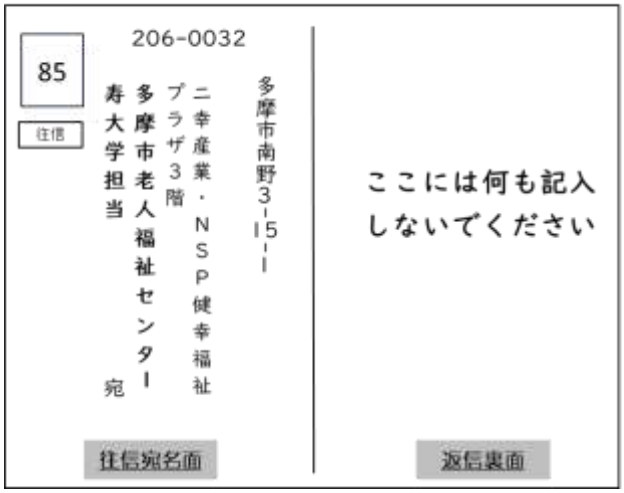
年間予定表を
3F センター事務室で配布中♪

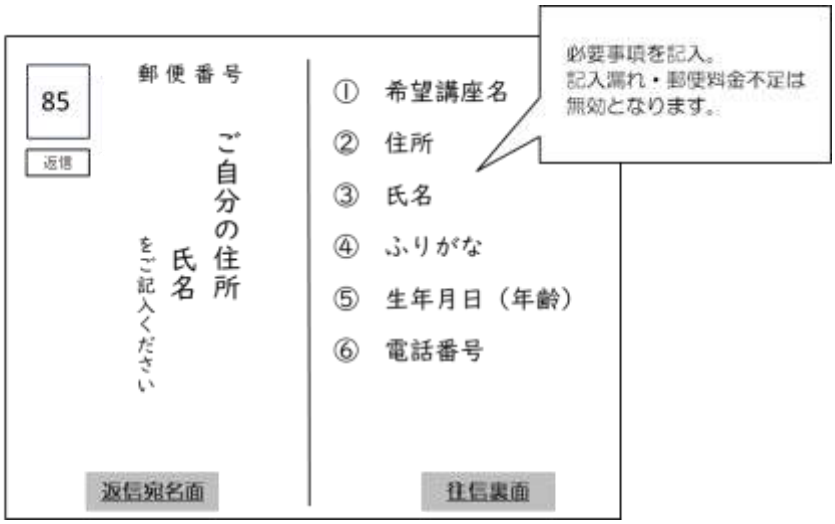
●申込期間　Ｅ経-３：１２/２８（月）まで
　　Ｐ使-３：１２/２８（月）まで
　　Ｉ 活-３：　１/　４（月）まで

●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・氏名を記入した通常はがきを持参し、所定の申込用紙に記入。

②往復はがき　**申込締切日　必着**





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：Windows１１です。

老人福祉センター

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、１２月１８日（金）までにお申込ください。

【開催日】　令和8年１２月25日（金）
【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】　①１０時００分～
②１０時４０分～
③１１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１２月２日（水）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、対応出来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

Christmas Concert

第58回南なん亭 in アクアブルー多摩 クリスマスイベント

2026年
12/19
（土）

1:00PM ～ 1:40PM

アクアブルー多摩

2Fエントランスホール

出演：サンライズバンド

観覧無料・入退場自由

心温まるクリスマスソングや、おなじみの
ジャズナンバーをお届けします♪

聖者の行進
マック・ザ・ナイフ
茶色の小瓶
赤はなのトナカイ
サンタが街にやってくる
and more・・・

※曲目は変更になる場合がございます。

sunrise band

主催：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　ニ幸産業・ＮＳＰグループ
問い合せ：ニ幸産業・NSP健幸福祉プラザ（多摩市総合福祉センター）３階センター事務室　☎042-356-0303

老人福祉センター

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	ﾊﾞｽﾀｰﾐﾅﾙ 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	ﾊﾞｽﾀｰﾐﾅﾙ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	－

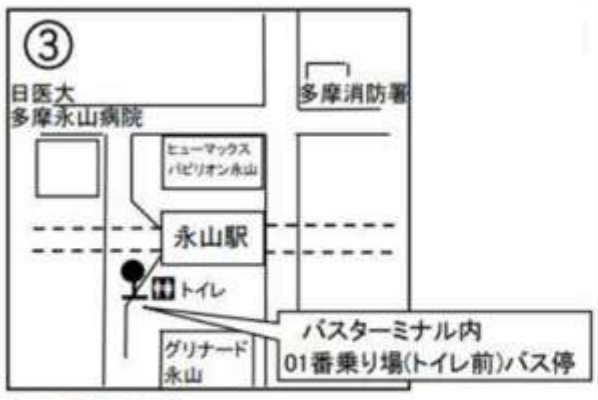
帰り

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いします。

※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★

ふくし 法律相談	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：１２月１７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
社会福祉士による成年後見相談会	「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、（公社）東京社会福祉士会権利擁護センターぱ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：１２月２２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
スペース栞（しおり）	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：11 月 28 日（土）14 時～16 時 場　所：多摩市立中央図書館２階　活動室 問合せ：まちづくり推進担当　042-373-5616 申込はこちらから→ こくちーずプロから「スペース栞」検索申込ください。
ボランティア相談	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二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ 3F センター係、7F 総務担当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・コミューネ７階
≪１２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(１２日)、各日曜日、年末年始（29 日～１月３日）	

＜問合せ＞

ホームページ
QRコード

☆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

