

調布市総合福祉センター市基準通所型サービス

よつばだより

令和7年3月号

〒182-0026 調布市小島町 2-47-1

調布市総合福祉センター内 3階

総合福祉センター「よつば」

電話 042-481-7660 FAX042-452-8883

メール zaitaku@ccsw.or.jp

ホームページ <https://www.ccsw.or.jp>

梅まつり見学～府中郷土の森博物館～（水・金）

2月14日(金)、2月26日(水)の2日間、府中郷土の森博物館の梅まつりを見学しに車で外出してきました。

2月14日は前日の強風が嘘のように穏やかな快晴となり、絶好の外出日和、ロウバイが満開でよい香りを漂わせていました。梅全体の見頃はまだ先のようにでしたが、早咲きの紅梅、白梅が咲いていました。梅の木の根元には春を告げる福寿草も見られました。



また、博物館内の展示も見学してきました。大國魂神社で行われるくらやみ祭(毎年4月30日～5月6日)の様子や、府中の歴史・遺跡の出土品などを見て回り、お祭りの迫力や出土品の珍しさに驚かされました。

月曜は3月3日が外出予定です！

くらやみ祭の萬燈 →
40 kgほどある萬燈を
一人で操ります！



健康の話～冬のかゆみ対策～（月・水・金）

毎月、季節に合ったテーマで健康に関する講話をしています。2月の講話のテーマは「冬のかゆみ対策」。みなさんに共感していただきながら、役に立つ情報を提供できるよう、スタッフは分かりやすく話すことを心がけています。





かゆみが起こりやすい部位
 …腕、脇腹、腰、脛など
皮膚が乾燥し、衣類との
 摩擦でかゆみが起こりやすい



保湿剤のタイプ
 …ローション、乳液、
 クリーム、ワセリンなど



保湿剤の使い方
 …たっぷりと全身に
 入浴後5分以内に
 手のひらでやさしく

これからもバラエティに富んだ活動を提供していきます！

★利用者の声★

「いろいろな作品が作れます。」
 「楽しいです。最高です。」
 「家に帰っても一人なので、15時
 まで皆さんとワイワイ過ごせて
 ありがたいです。」

ぜひ一度
 ご見学
 ください



↓令和7年3月の活動予定表です

月		水		金	
3	外出	5	体操・歩行	7	体操・歩行
	外出		手先の運動		アロマオイル ハンドケア
10	体操・歩行	12	手先の運動	14	手先の運動
	手先の運動		体操(高松先生)		レクリエーション
17	体操・歩行	19	体操・歩行	21	音楽
	アロマオイル ハンドケア		アロマオイル ハンドケア		絵手紙
24	手先の運動	26	手先の運動	28	手先の運動
	体操(松垣先生)		レクリエーション		体操(高松先生)
31	音楽				
	レクリエーション				

🍀 よつば基本情報 🍀

- ・対象…市内在住の要支援認定を受けた方・基本チェックリストにより、事業対象者となった方のうち、市基準通所型サービスの利用が必要な方
- ・地域包括支援センターを通じての申請が必要になります。
- ・利用料金…週1回…1,371円
 週2回…2,767円 (1割負担の場合)
 ※上記額に加算は含まれておりません。

