



埼玉県障害者交流センター
イメージキャラクター
とびつきーくん

ひろば さいたまけんしやうがいしやこうりゆう こうほうし
「わいわい広場」は、埼玉県障害者交流センターの広報紙です。

わいわい広場

2016年
4月発行
第308号

発行 埼玉県障害者交流センター
指定管理者 埼玉県社会福祉事業団
〒330-8522 さいたま市浦和区大原3-10-1
TEL 048-834-2243 FAX 048-834-3333
ホームページアドレス <http://www.kouryu.net>
【E-mail】
ご意見・ご要望 info@kouryu.net
文化・芸術担当 culture@kouryu.net
スポーツ指導担当 sports@kouryu.net

- ☆募集「若尾圭介と音楽仲間」ほか…………… 1
- ☆報告「とびつきースポーツフェスティバル」ほか…………… 2
- ☆今月の予定…………… 3
- ☆読者の広場「おまけの人生第2の青春」…………… 3
- ☆平成28年度休館日カレンダー・送迎バスのご案内 …… 4



かいが さくら
絵画『桜』
たかばし つねこさんの作品
(富士見市 歩み会)

もうすぐ春です。桜のたくましい幹に心ひかれ、描きました。

若尾圭介と音楽仲間
わがお けいすけ おんがくなかま

ホストン交響楽団オーボエ奏者・若尾圭介氏と、フランスを代表するオーボエ奏者・モリス・ブルグ氏他の協演をお楽しみください。

日時 5月28日(土) 午後1時(開演) 午後12時30分(開場)

会場 ホール 対象 ●どなたでも

定員 200名(先着順)

料金 500円(中学生以下無料)

※事前申し込みが必要です。当日券はありません。

出演者 ●若尾 圭介(ホストン交響楽団オーボエ奏者)、モリス・ブルグ(オーボエ奏者)、高木 綾子(フルート奏者)、山本 正治(クラリネット奏者)、須田 祥子(ヴァイオリン奏者)、広瀬 悦子(ピアノ奏者)、若尾 圭良(ヴァイオリン奏者)(出演者は変更となる場合があります)

問合せ ●文化・芸術担当



都合により変更となる場合もございます。不明な点がありましたら、受付または職員にお問い合わせください。	ゲートボール場	アーチェリー場	プール	STT室	体育館	4月の個人利用 できない施設
	27日(水) 午前9時前	23日(土) 午前9時前	*7日(木) 午後9時	休館日以外はご利用いただけます。	28日(木) 夜間	
	24日(木) 午前10時前	3日(日) 午前9時前	24日(日) 午後15時		22日(金) 夜間	
	20日(日) 午前11時前	13日(日) 午前9時前	23日(土) 午後19時		21日(木) 夜間	
	9日(土) 午前11時前				17日(日) 夜間	
	6日(水) 午後1時				15日(金) 夜間	
	3日(日) 午後1時				14日(木) 夜間	
					8日(土) 夜間	
					7日(金) 夜間	
					1日(日) 夜間	
	午前9時~12時	午後13時~17時	夜間17時30分~20時30分			

報告

とびつきスポーツフェスティバル

3月6日(日)「第3回とびつきスポーツフェスティバル」が開催されました。屋外ではテニス大会、1時間耐久リレーマラソン大会、グラウンドゴルフ・ターゲットボードゴルフ大会が行われ、体育館ではカーリング大会、卓球ラリーなどとのびつき記録会などが行われました。当日は約300名の参加者が集い、時に笑い、時に悔しがり、さまざまなスポーツを楽しんでいました。初めて会う方々もスポーツを通じて多くの交流が生まれたようです。昼食時には体育館内で東京カスクリエーターズによるチアリーダーイングや、プールではシンクロナサークルの「埼玉あじさい」と交流センター男子職員によるシンクロナレーションで盛り上がりました。最後の閉会式では参加者とボランティア・職員がダンスを踊りながら会場一体になり、笑顔あふれるフィナーレとなりました。

文化・芸術体験イベント

3月13日(日)に開催した「文化・芸術体験イベント」には、多くの方々にご来館いただき、盛況のうちに終了することができました。

このイベントは、当センターが実施している人気プログラムを中心に、気軽に文化・芸術活動に触れていただくことを目的としています。コンサート、陶芸体験、蕎麦打ち体験、ミニ・アトリエなどに参加された方からは、「楽しかった。また参加したい」、「センターがたくさんの文化プログラムを実施していること知りました」という感想が聞かれました。来年度はさらに充実したイベントにしていきたいと考えています。皆様の御参加を心からお待ちしています。



募集

体力・体組成測定の日

日頃の体力・健康維持には是非、お役立てください！

日時	5月12日(日)	午後1時30分～3時
日時	5月13日(月)	午前9時30分～12時
日時	5月14日(火)	午前9時30分～12時

(受付は終了時間の15分前までとなります。)

会場 体育館
対象 障害のある方とその介護者
費用 無料
申し込み 随時 ※当日、直接お越しください。
内容 長座体前屈、棒落下テスト、ファンクショナルリリーチ、タイムアップアンドゴーテスト、握力、身長、体重、ウエスト、簡易計による体脂肪率・体年齢
問合せ スポーツ指導担当

おながくのじかん

音楽療法士が担当する小グループでの教室です。

日時	5月21日(土)	6月18日(土)	7月16日(土)	8月20日(土)	9月17日(土)
場所	各土曜日 午後3時30分～4時15分				

対象 知的障害の方。5回参加できる方。
申し込み 4/5(火)～5/3(火)
費用 無料
問合せ 文化・芸術担当

みんなのおながく

昨年まで「おながくのじかん」として開催していた教室です。

日時	1期：5月21日(土)	6月18日(土)	7月16日(土)	8月20日(土)
場所	各土曜日 午後1時30分～2時30分			

対象 知的障害の方
費用 無料
申し込み 30～40名程度
問合せ 文化・芸術担当

朗読講座

朗読の基本から学び、最後は発表会で成果を披露しましょう！

日時	5月18日(土)	5月25日(土)	6月13日(土)	7月13日(土)
場所	各水曜日 午後1時～3時			

対象 第3会議室
申し込み 4/1(金)～4/30(土)
費用 無料
問合せ 文化・芸術担当

発表会

朗読講座参加者と朗読ボランティアグループ「かえるの会」、講師による発表会です。

日時	7月31日(日)	午後1時30分～3時
場所	ホール	

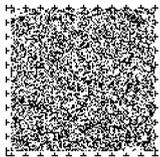
※ごなたでも鑑賞できます。

陶芸教室(1期)

陶芸に挑戦してみませんか？

日時	5月13日(土)	27日(土)	6月10日(土)	24日(土)	7月8日(土)	22日(土)	(各金曜日)
場所	午後1時30分～3時30分						

対象 障害のある方
申し込み 7名(抽選)
費用 毎回500円(材料費)
問合せ 4/1(金)～4/24(日)
問合せ 文化・芸術担当



読者の広場

私は運命論者ではないが、人の生き死には、その人の持っている運命なのではないかと思う。病死にしても事故死にしても、命運があれば、脱出できる。というのは二十二年前に心筋梗塞になり、以来十四年投薬治療を続け、脱出できたが、八年前ペースメーカーの植込みをし、一級の身体障害者となったのです。それでも今は天命を待つ心境でいます。七十才で定年退職し、これからは毎日が休日という時、腰痛及び膝痛で近所の病院の整形外科に通院し、投薬、リハビリ治療をするも、なかなか痛みから解放されませんでしたが。

おまけの人生第二の青春

渡辺 賢一さん



ウオーキングしながら参加しております。主治医からのアドバイスで運動を勧められ、又、整形外科の医師からは、腰痛、膝痛共に、筋肉を鍛えるよういわれ、センターにて昨年六月より水中ウォーキング、七月よりは筋肉トレーニングを開始しました。スタートしてから約二ヶ月して、今度は筋肉痛に悩まされ、今まで運動らしい運動をしてこず、七十才過ぎでの筋力に身体が悲鳴を上げました。しかし、センターでお会いする方々の頑張らされている姿を拝見し、自分に合ったトレーニングを心がけたところ、今は腰痛、膝痛、筋肉痛が、すっかり痛みを感じることがなくなり、センターに通うのが、生活習慣となり、毎日楽しく、送っています。

そんな昨年の五月末、近所の公民館主催の講演に埼玉県障害者交流センターの利用者で、アテネパラリンピックでアーチェリー銅メダリストの平沢奈古さんが講師としてごられ、ご自分のエピソード等をお話されました。これを聞き、このセンターの存在を知り、翌日、即センターを訪れ、登録をしました。

又、昨年七十二才の誕生日に一念発起し、さいたま市の長寿応援制度の健康づくり活動の一環として実施されているラジ体操に近所の公園まで毎日、往復三千歩を

子どもの日イベント(わいわいアート)

障害の有無に関わらずどなたでも参加できます。自由な作業を楽しんでください！

日時：5月5日(木・祝) 午後1時30分～3時30分
場所：第1・2研修室
対象：障害の有無に関わらず、どなたでも
定員：40名程度
費用：無料
申し込み：不要。当日会場にお越しください。
問合せ：文化・芸術担当

フラワーマシニング(知的障害の方)

母の日のアレンジメントを作りませんか？

日時：5月7日(日) 午前10時～12時
場所：第1・2研修室
対象：知的障害の方で、はさみが使える方
定員：20名(抽選)
費用：1000円(材料費)
申し込み：4/1(金)～4/24(日)
問合せ：文化・芸術担当

今月の予定(4月)

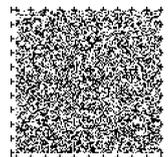
30日(土)	29日(金)	25日(月)	24日(日)	23日(土)	19日(火)	18日(月)	17日(日)	16日(土)	11日(月)	10日(日)	9日(土)	4日(月)	3日(日)	2日(土)
午後	午後	休館日	午後	午前	休館日	休館日	午後	午後	休館日	午後	午前	午後	午前	午後
テニスの日	テニスの日		テニスの日	テニスの日			アーチェリー認定会	テニスの日	休館日	テニスの日	おもちや病院	テニスの日	テニスの日	初日受付 予約調整会、 福祉機器相談会、

5月の休館日
30日(月) 23日(日) 17日(火) 16日(月) 9日(日) 2日(土)

フラワーマシニング(知的障害以外の障害のある方)

皆さまからのご要望が多かった新規教室の開催です！

日時：5月24日(火) 午後1時30分～3時30分
場所：第1・2研修室
対象：知的障害以外の障害のある方で、はさみが使える方
定員：20名(抽選)
費用：1000円(材料費)
申し込み：4/12(火)～5/8(日)
問合せ：文化・芸術担当



平成28年度 障害者交流センター休館日カレンダー

は休館日
印は祝日

4月							5月							6月							7月							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
					1	2	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4						1	2	
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31					26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	
8月							9月							10月							11月							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	6					1	2	3							1			1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				
12月							1月							2月							3月							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4				1	2	3	4	
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	5	6	7	8	9	10	11	
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	12	13	14	15	16	17	18	
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	19	20	21	22	23	24	25	
25	26	27	28	29	30	31	29	30	31					26	27	28					26	27	28	29	30	31		

【休館日】毎週月曜日及び第3週火曜日（ただし、その日が祝日の場合はその翌日）、年末年始等

送迎バス時刻表

（平成28年4月1日現在）

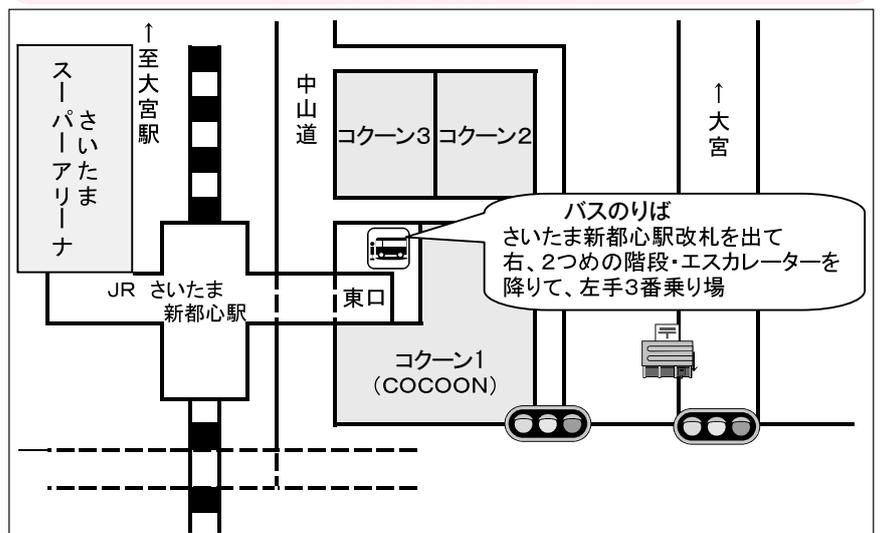
交流センター行き	さいたま新都心駅行き	さいたま新都心駅発	交流センター発
8:10	13:15	9:45	15:30
8:30	13:45	10:00	15:45
8:45	14:00	10:15	16:00
9:15	14:15	10:30	16:15
9:30	14:45	11:00	16:45
9:45	15:15	11:15	17:00
10:00	15:45	11:30	17:30
10:15	16:00	11:45	17:45
10:30	16:15	12:00	18:00
10:45	16:45	12:15	18:30
11:15	17:00	12:30	18:45
11:30	17:15	13:00	19:45
11:45	17:45	13:30	20:45
12:00	18:00	13:45	21:35
12:15	18:15	14:00	
12:30	19:00	14:30	
12:45		15:00	

わいわい号（青バス）定員29名 車いす3台
ふれあい号（緑バス）定員24名 車いす2台

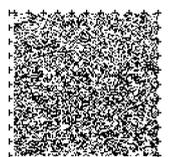


平成28年度送迎バスのご案内

さいたま新都心駅東口のりば



センター利用者専用送迎バスは無料です。
ただし、障害者の方が優先です。満席の場合、障害のない方はご遠慮願います。



- ◆文化・芸術担当へのEメール…culture@kouryu.net
- ◆スポーツ指導担当へのEメール…sports@kouryu.net