

～いつでもふらっとよれるように～

## ふらっと講演会「障害のある子の性と支援」

【日 時】平成 30 年 12 月 12 日(水)14:00～16:00

【講 師】山本 良典氏「東京都心身障害者福祉センター」【場 所】ルミエール府中 講習会議室

【申 込】お電話にてお申込下さい。

【費 用】無料

【対 象】支援者・保護者

【定 員】40 名

## ふらっと講習会「障害年金の対象者と手続きについて」

～主に、精神障害・発達障害・高次脳機能障害の視点から～

【日 時】平成 31 年 1 月 29 日(火)14:00～16:00

【講 師】府中年金事務所 お客様相談室 年金相談担当職員

【申 込】お電話にてお申し込み下さい。

【場 所】地域生活支援センターふらっと交流室

【対 象】当事者・家族・関係機関職員、民生委員など

【定 員】15 名



### 健康・栄養相談



ひごろき からだ しんぱい たいじゅうかんり  
日頃気になっている身体の心配ごと、体重管理、  
しょくじ けんこうしんだん けつかつとう そうだんたいおう  
食事のバランス、健康診断の結果等に相談対応します。

【日 時】平成 30 年 12 月 25 日(火) 14:00～16:00

平成 31 年 1 月 29 日(火) 14:00～16:00

【対 象】府中市在住の障害がある方。

【場 所】ふらっと 【申 込】要予約

【担 当】保健師

### ふらっと調理イベント



テーマを決めて調理を行います。

見学参加からでもOK!

【日 時】平成 30 年 12 月 13 日(木)11:00～14:00

平成 31 年 1 月 17 日(木)11:00～14:00

毎月第 2 木曜日実施予定

【料 金】 200 円

【持ち物】 エプロン 三角巾

【定 員】 6名程度(お問い合わせ下さい)

### 絵てがみやってます。

- ・はがきサイズの作品を制作予定。
- ・完成した作品はお持ち帰りいただけます。

【日 時】平成 30 年 12 月 14 日(金)15:00～16:30

平成 31 年 1 月 11 日(金)15:00～16:30

【料 金】 無料 【定 員】 5 名(先着順)



9月生姜焼き 10月肉じゃが 11月かたやきそば  
を作りました。

有限会社オータムワーキング

## 地域生活支援センター ふらっと

〒183-0015 東京都府中市清水が丘 3-23-17-1F

TEL 042-370-1781 FAX 042-370-1783

Mail [flat.autmn03@gmail.com](mailto:flat.autmn03@gmail.com)

URL <http://autumn-working.com/service/flat.html>

# 2018年12月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1 センターおやすみ	2 センターおやすみ
3	4	5	6	8 あふたーふら 15:00~18:00	8 さたふら 11:00~14:00	9 センターおやすみ
10	11	12 ふらっと講演会 「性と支援」 14:00~16:00	13 調理イベント 11:00~14:00	14 あふたーふら (えてがみの日) 15:00~18:00	15 センターおやすみ	16 センターおやすみ
17	18	19	20	21 あふたーふら 15:00~18:00	22	23 センターおやすみ
24  天皇誕生日 センターおやすみ	25 ふらっと 健康・栄養相談 14:00~16:00	26	27	28 あふたーふら 15:00~18:00	29 センターおやすみ	30 センターおやすみ
31  大晦日 センターおやすみ		メモ:				

**【あふふら】【さたふら】**  
センター開放日、どなたでも  
「ふらっと」お立ち寄りください  
毎週金曜  
15:00~18:00  
第2土曜日  
11:00~14:00

**【パソコン貸出】**  
※要予約 金曜日  
15:00~18:00

**【えてがみ教室】**  
「下手でいい、下手が良い」  
をモットーにゆるく行っています。  
飛び入り参加歓迎！  
毎月第2金曜日  
15:00~16:30

**【ふらっと調理イベント】**  
毎月第2木曜日  
11:00~14:00

**【編み物の日】**  
第4金曜日  
15:00~16:30

**【ふらっとミニシアター】**  
第4土曜日  
13:00~15:00  
プロジェクターを使って新作映画ブルーレイを鑑賞します。観る作品は事前に投票して決めます！

**【ひなた・ふあみーゆ】**  
高次脳機能障害の  
当事者・家族の会  
第2火曜日  
10:00~12:00 相談対応  
14:00~16:00 喫茶会

**【ペアレント・トレーニング】**  
【対象】  
発達障害児  
(3歳~9歳)の保護者  
全9回(2週間おき)の  
プログラムに参加できる方。  
平成30年度の募集は締め切りました

# 2019年1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	1  元日 センターおやすみ	2 センターおやすみ	3 センターおやすみ	4 あふたーふら 15:00~18:00 	5 センターおやすみ	6 センターおやすみ
7	8	9	10	11 あふたーふら (えてがみの日) 15:00~18:00	12 さたふら 11:00~14:00	13 センターおやすみ
14  成人の日 センターおやすみ	15	16	17 調理イベント 11:00~14:00	18 あふたーふら 15:00~18:00	19 センター おやすみ (waiwaiフェス)	20 センター おやすみ (waiwaiフェス)
21	22  ふらっと 健康・栄養相談 14:00~16:00	23	24	20 あふたーふら 15:00~18:00	26 ふらっと ミニシアター 11:00~15:00	27 センターおやすみ
28	29 ふらっと講習会 障害年金の対象者と 手続きについて 14:00~16:00	30	31			
 FLAT 地域生活支援センター ふらっと		メモ:				