

UMETOP!A

うめとびあ通信

Vol.11

令和6年
3月15日発行

行き交う、ふれあう 地域とつながる カフェイベント紹介



世田谷区立保健医療福祉総合プラザでは、プラザ内の事業者や地域で活動する団体と連携して、保健医療福祉に関するさまざまなカフェイベントを開催しています。

どなたでも気軽に参加できるものばかり。

今回は、定期的に開催しているカフェを中心に紹介します。

INDEX うめとびあ通信11号

1面・2面 特集

行き交う、ふれあう 地域とつながる
カフェイベント紹介

2面 インタビュー

NPO法人世田谷区聴覚障害者協会
会長 唯藤節子さん

3面 うめとびあトピックス

- sq.(スクエア)と失語症サロン
- 映画「オレンジ・ランブ」上映会
- KAIGO PRIDE WEEK イベント開催
- 介護老人保健施設 梅ヶ丘を紹介します
- イベント開催報告 満員御礼!
うめとびあ上映会「じんじん」

4面

- 世田谷区医師会初期救急診療所
 - 世田谷区休日夜間薬局
 - 総合プラザ貸出施設のご案内
- 令和6年4月~6月のイベントカレンダー
ふれあいカフェ うめとびあの春メニュー
新企画!うめとびあツアーウォーク&
せたがや区民活動カフェを定期開催

手話カフェ

はじめて手話を学びたいという人のための「手話カフェ」。NPO法人世田谷区聴覚障害者協会の唯藤さんを講師に迎え、手話通訳の牛島さんとの絶妙なコンビネーションで、挨拶や数字の表現など、日常で使える手話を楽しく学べると、参加者からも大変好評です。小・中学生手話カフェも開催しています。※参加には予約が必要です



手話で伝えられるように練習

- 参加費 200円
- 開催日 毎月第2金曜日
午後2時~3時
(小・中学生は、毎月第2土曜日)
- 会場 研修室Aなど
- 協力 NPO法人世田谷区聴覚障害者協会
- 問い合わせ 世田谷区福祉人材育成・研修センター
☎03-6379-4280 FAX 03-6379-4281



参加者の集合写真

点字カフェ

「点字カフェ」では、視覚障害者が点字をわかりやすく紹介してくれます。NPO法人世田谷区視力障害者福祉協会から黒田さんを講師に迎え、点字器と点筆を使って、文字や記号などの打ち方などを学びます。ホームページを点字に翻訳するなど実践的な作業も行います。※参加には予約が必要です

- 参加費 200円
- 開催日 毎月第3火曜日 午後1時~2時
- 会場 研修室A
- 協力 NPO法人世田谷区視力障害者福祉協会
- 問い合わせ 世田谷区保健センター専門相談課
☎03-6265-7546 FAX 03-6265-7549

1か月に1回の開催なので、これからも点字向きのテーマ探しをしながら、優雅に取り組んでいきたいのですが、みなさん打刻に集中すると静かになってしまって…。点字カフェというより、点字教室になってしまうのが目下の悩みです(笑)



点字カフェ講師 黒田さん



聴覚障害のある人が手話を通して、点字を学んでいます



点字タイプライターを持参する参加者も、みなさん打刻に集中

令和6年4月から「世田谷区手話言語条例」スタート

世田谷区では「手話が言語であること」の理解促進を進めることを目的として、令和6年4月から「世田谷区手話言語条例」をスタートします。手話を必要とするさまざまな世代が、地域で安心して暮らすために、言語として、手話を学び、手話で学び、手話を使うことができる環境を整備し、手話を継承していくことで、地域共生社会の実現を目指しています。

第9回

ふくふくスタンプラリー

令和6年5月18日(土) 午前10時~午後3時 開催!

すまいる梅丘、サミットストア梅ヶ丘店、白梅福祉作業所、保健医療福祉総合プラザの4つのチェックポイントでスタンプを集めて、ゴールするとプレゼントがもらえます。

- 問い合わせ 北沢法人会 ☎03-5450-7121

- ゴール 保健医療福祉総合プラザ
研修室Cでは、木管五重奏と歌、ものまねショー、オールディーズのライブ演奏があります。
- 問い合わせ 保健医療福祉総合プラザ運営管理室
☎03-6379-4301
FAX 03-6379-4305

開催当日イベント



木管五重奏(写真はイメージ)

Interview
うめとびあ
インタビュー

手話は、聞こえない人とのコミュニケーション手段のひとつ 顔や口、ジェスチャー、いろいろな方法を使って伝えてほしい

月1回開催の「手話カフェ」は、はじめて手話を学ぶ人のための講座です。講師を務める唯藤節子さんは、今年で創立70周年を迎えるNPO法人世田谷区聴覚障害者協会会長です。カフェの様子や手話言語条例成立への思いを聞きました。

NPO法人世田谷区
聴覚障害者協会
会長 唯藤節子さん



聞こえないということを知ろうという 気持ちが伝わってくる「手話カフェ」

最初に「手話カフェ」の依頼があったとき、協会ですら十分に話し合い、手話を広めるために良い企画だということ講師を引き受けることにしました。区民のみなさんに手話を体験してもらい、「世田谷区手話講習会(全40回)」につなげて、学び続けてもらいたい。初めて手話を体験する人たちがほとんどなので、難しくならないように、まずは楽しむこと、伝えたい気持ちを大事にしています。



聞こえない人を支える手話通訳の存在も大事

小・中学生向けも開催していますが、大人に通じる冗談が、子どもたちに通じないこともあります。電車や動物など、お一人おひとり好きなものに違いがあるので、それらを取り上げて、子どもたちの学びにつなげています。

回を追うごとに、スタッフや参加者に見られた変化として、聞こえない人への理解が深まっているように感じています。また、「聞こえない」ことを知ろうとしている気持ちも伝わってきます。手話は、聞こえない人とのコミュニケーションのひとつです。顔の表情や口の動き、体でのジェスチャーなど、伝えたいことをいろいろな方法で伝えてみてください。手話カフェでは今後、パワーポイントなどを使って、もっと多くの情報を提供していきたいです。

会場である総合プラザの全体の印象は、明るく広く、入りやすいですね。ただ、文字情報が足り

ないところが少し不便を感じます。1階のカフェでは、指差して注文ができ、受け取りをバイブレーションの機器で知らせてくれるのは、聞こえない人にも良いですね。

創立70周年、先輩たちの思いが形に これからも手話で伝え、手話を伝えていきたい

世田谷区聴覚障害者協会が創立70周年を迎える今年、4月には「手話言語条例」が施行されます。聞こえない人の人権に関わる、「手話は言語である」ことが広まっていききっかけとなる動きです。手話通訳もない時代、苦勞をしてきた先輩たちの思いを胸に、これからも手話で伝え、手話を伝えていきたいと思っています。

世田谷区聴覚障害者協会ホームページ



令和6年度もさまざまなカフェを開催します。参加することで地域のつながりを育むきっかけになることもあります。その一歩を踏み出してみませんか？

認知症カフェ

「オレンジカフェ せたOHA」

ふれあいカフェ うめとびあで開催している認知症「オレンジカフェ せたOHA」は、地域のみなさんをはじめ、どなたでも参加できます。専門職員も参加しているので、身の回りの困り事なども相談できます。テーブルを囲んで、地域とのつながりを感じてみませんか。※予約不要

- 参加費 無料
- 開催日 偶数月第3木曜日 午後2時～4時
- 会場 ふれあいカフェ うめとびあ
- 協力 せたOHA (世田谷Orange Heart Action)
- 問い合わせ 世田谷区認知症在宅生活サポートセンター
☎03-6379-4315 FAX 03-6379-4316



オレンジ色のエプロンを着けているのが「せたOHA」のメンバー
※「せたOHA」は、世田谷Orange Heart Actionの愛称で、世田谷版認知症サポーターステップアップ講座の修了生です。認知症カフェなどのボランティアとして地域で活躍しています

ここからカフェ

なんとなく心の不調を感じたり、身近なことで気がかりなことがあったり、だれかに話したいときには「ここからカフェ」へ。毎回、笑顔になれる企画で参加者の「こころとからだ」がほぐれていきます。飲み物は各自で持参を。個別相談(秘密厳守・無料)もあります。

※予約不要

- 参加費 200円
- 開催日 毎月第3金曜日 午後1時～3時
- 会場 研修室B
- 運営 NPO法人ジョイントT・M
- 共催 こころの健康を考える区民会議、世田谷区保健センター
- 問い合わせ 保健医療福祉総合プラザ運営管理室(下記参照)

こどもカフェ

夏休み、冬休みに開催して好評だった「こどもカフェ」。春休みは、子どもコンサートや参加体験型の影絵、えいごカフェなど、親子で楽しめる企画が盛りだくさんです。

※参加には予約が必要です

- 参加費 無料
- 開催日 次回は3月25日(月)
- 会場 ふれあいカフェ うめとびあほか
- 問い合わせ 保健医療福祉総合プラザ運営管理室(下記参照)



ふゆやすみこどもカフェの様子



なつやすみこどもカフェの様子

えいごカフェ

いつもと違う言葉で、話を聞いたり、伝えたりする「えいごカフェ」。ナビゲーターのエミリーさんと一緒にオリジナルのワークシートを使って、「英語版まち歩きガイドマップ」を作ります。初回は世田谷区、2回目以降参加の人は東京について英語でプレゼンテーションを行っています。※参加には予約が必要です

- 参加費 200円
- 開催日 年3回(令和6年度は6回)
- 会場 研修室AまたはB
- 問い合わせ 保健医療福祉総合プラザ運営管理室(右記参照)



リピーターも多く、英語を学び直すきっかけにも。英語で伝えたいという思いが笑顔につながります

保健医療福祉総合プラザ運営管理室
☎03-6379-4301 FAX 03-6379-4305

世田谷区立保健センター

見えない・見えにくいの情報交流「sq.(スクエア)」



障害者専門
相談について

「見えない」「見えにくい」方やそのご家族・支援者が集まり、情報交換を主として交流する「sq.(スクエア)」。



情報交換の貴重なひととき

●開催日 毎月第3火曜日 午後2時30分～4時

時間を忘れるくらい会話に夢中！失語症サロン



高次脳機能障害の
相談について

失語症のコミュニケーション方法を学んだ会話パートナーがサポートしながら、失語症のある人が安心して会話を楽しむ場です。



安心して会話を楽しむ場に

●開催日 毎月第3水曜日 午後2時～3時30分

☎ 世田谷区保健センター専門相談課 ☎03-6265-7546 FAX 03-6265-7549

世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

39歳、パパが認知症!? 「オレンジ・ランプ」上映会

令和6年1月19日・20日、若年性認知症と診断された丹野智文さんの実話を描いた映画「オレンジ・ランプ」の上映会が開催されました。「認知症と診断された時、私自身も絶望的な気持ちになった。隠さないで人々と明るく接していく姿に感動した」「心に残る素晴らしい作品でした。いずれ自分自身に起こるかもしれない認知症を今知っておく事ができ、よかったですと思います」など、参加者からたくさんのコメントが寄せられました。



映画「オレンジ・ランプ」上映会の様子

若年性認知症
について



認知症家族のための「心のケア講座」開催

- 開催日 第1期 5/14(火)、5/28(火)、6/11(火)、6/25(火) 各日 午後2時～3時30分
- 第2期 8/3(土)、8/17(土)、8/31(土)、9/14(土) 各日 午前10時～11時30分
- 会場 保健医療福祉総合プラザ内



※詳しくはお問い合わせください

☎ 世田谷区認知症在宅生活サポートセンター ☎03-6379-4315 FAX 03-6379-4316 <https://setagaya-ninsapo.jp>



イベント開催報告

音声ガイド・日本語字幕付き 満員御礼！うめとぴあ上映会「じんじん」

映画「じんじん」は、絵本の里として知られる北海道上川郡剣淵町を舞台にした、人と人、親子の絆を描いた作品です。1月13日の上映会では、企画・主演の大地康雄さんが特別ゲストとして舞台挨拶し、撮影秘話をたくさん語ってくれました。絵本の読み聞かせで育む心の豊かさに触れ、大地さんの作品への思いが伝わってきました。



俳優 大地康雄さんのトークを楽しむ会場の様子

「うめとぴあ朗読会」

- 開催日 令和6年3月23日(土) 午後2時から
- 共催 NPO法人世田谷区視力障害者福祉協会
- 会場 研修室C
- 問い合わせ 保健医療福祉総合プラザ運営管理室 ☎03-6379-4301 FAX 03-6379-4305



うめとぴあ トピックス



世田谷区福祉人材育成・研修センター

介護に関係ない人はいない

KAiGO PRiDE WEEK イベント開催

2月20日、研修室Cで「KAiGO PRiDE WEEK」のイベントが開催されました。スペシャルトークでは、外国人施設長の対談や区内2事業所の管理者が「働く人にとって働きやすい施設づくり」や「訪問介護事業所におけるICT化」について、具体的な取り組みを報告しました。また、介護・福祉関連機器の展示・体験や写真展も行われました。



「日本で働く外国人施設長」として国際ケアシステムのスタッフ・ストランドルさん(写真左)、ささりんどう鎌倉のマッシュウ・カラシュさん(写真中央)が外国人職員の普及・定着について対談しました

一般社団法人KAiGO PRiDEの代表理事、マンジョット・ベディさんと特別養護老人ホーム弦巻の家の藤巻佳祐さん、世田谷ホームヘルプサービスの永嶋千秋さんが「介護におけるブランディング」をテーマにスペシャルトークを展開しました



☎ 世田谷区福祉人材育成・研修センター ☎03-6379-4280 FAX 03-6379-4281 <https://www.setagaya-jinzai.jp/>



東京リハビリテーションセンター世田谷

住み慣れた地域、通い慣れた施設で過ごせる 介護老人保健施設 梅ヶ丘を紹介します

在宅復帰に力を入れている介護老人保健施設 梅ヶ丘。「定員100床はすべてトイレ付きの個室で、入浴は個室なので、それを希望して入所する利用者さんもいます」と、支援相談員の杉山さん。回復期病院、訪問看護、通所リハ、デイサービスなど、センター内連携にも強みがあり、要介護認定を受けている方が長期入所またはショートステイで利用することができます。住み慣れた地域、通い慣れた施設で過ごすことは、本人はもとより家族にとっても安心につながります。



多職種のスタッフが連携して日々ケアにあたっています

公開セミナー「人生100年 健康寿命を伸ばすには！」

- 開催日 令和6年3月30日(土) 午後2時～3時
- 会場 地域交流スペース(1階) ●事前予約制(定員30人) ※無料
- 問い合わせ ☎03-6379-0427(代表)

☎ 介護老人保健施設 梅ヶ丘 ☎03-6379-0878(相談室直通) FAX 03-6379-0879

EVENT CALENDAR イベントカレンダー (令和6年) 4月～6月

4月、5月、6月にうめとぴあで開催される
主な保健医療福祉に関するイベントを紹介します。

開催日時等は変更の可能性がありますので、総合プラザ
HP「お知らせ」をご確認ください。

- 4月**
- 3日 午前10時・・・ポールウォーキング
午後1時・・・バリアフリー上映会
 - 12日 午後2時・・・手話カフェ
 - 13日 午後2時・・・小・中学生手話カフェ
 - 16日 午後1時・・・点字カフェ
午後2時30分・sq.スクエア(見えない・見えにくい)
 - 17日 午後2時・・・失語症サロン
 - 18日 午後2時・・・オレンジカフェ
 - 19日 午後1時・・・ここからカフェ(心と体の健康)
 - 25日 午後2時・・・生涯現役ゲーム

- 5月**
- 1日 午前10時・・・ポールウォーキング
 - 10日 午後2時・・・手話カフェ
 - 11日 午後2時・・・小・中学生手話カフェ
 - 13日 午前10時・・・えいごカフェ
 - 15日 午後2時・・・失語症サロン
 - 17日 午後1時・・・ここからカフェ(心と体の健康)
 - 21日 午後1時・・・点字カフェ
午後2時30分・sq.スクエア(見えない・見えにくい)

- 6月**
- 5日 午前10時・・・ポールウォーキング
 - 8日 午後2時・・・小・中学生手話カフェ
 - 14日 午後2時・・・手話カフェ
 - 18日 午後1時・・・点字カフェ
午後2時30分・sq.スクエア(見えない・見えにくい)
 - 19日 午後2時・・・失語症サロン
 - 20日 午後2時・・・オレンジカフェ
 - 21日 午後1時・・・ここからカフェ(心と体の健康)
 - 27日 午後2時・・・生涯現役ゲーム

新企画! うめとぴあツアーウォーク& せたがや区民活動カフェ

うめとぴあをもっと知って、活用してもらえよう。
令和6年度から「うめとぴあツアーウォーク」と「せたがや区民活動カフェ」を定期開催します。保健医療福祉関連のカフェイベントや健康づくりに関する情報をお知らせできるよう準備を進めています。



うめとぴあツアーウォークは、敷地内と館内を見学します

保健医療福祉総合プラザ運営管理室
☎03-6379-4301 FAX 03-6379-4305

世田谷区医師会初期救急診療所

夜間等に急に具合が悪くなったら…
まずは、電話で問い合わせを

■診療時間(受付は診察終了時間の30分前まで)

月～金曜日	小児科のみ	午後7時30分～午後10時30分
土曜日	小児科・内科	午後5時～午後10時
日曜日・祝日	小児科・内科	午前9時～正午
年末年始		午後1時～午後10時

☎ 世田谷区医師会初期救急診療所(総合プラザ1階) ☎03-5301-0899 FAX 03-5300-2188

世田谷区休日夜間薬局

夜間や休日に
対応する薬局です

■開局時間

月～金曜日	午後7時30分～午後10時30分
土曜日	午後5時～午後10時
日曜日・祝日・年末年始	午前9時～午後10時

☎ 世田谷区休日夜間薬局(総合プラザ1階) ☎03-5301-2830 FAX 03-6379-4330

世田谷区医師会初期救急診療所・世田谷区休日夜間薬局に対するお問い合わせは
☎ 世田谷区 保健医療福祉推進課 ☎03-5432-2649 FAX 03-5432-3017

活動の幅も広がるさまざまな会議室・研修室 総合プラザ貸出施設のご案内

有料の貸出会議室です。ぜひご利用ください。利用時間 午前9時～午後10時

※利用には団体登録が必要です(けやきネットでは利用できません)。空き状況、予約方法は総合プラザのホームページで確認できます

■令和6年4月～6月に利用できる会議室

		広さ	(定員)
区民活動 支援会議室	区民活動支援会議室1-1	68㎡	(36人)
	区民活動支援会議室1-2	65㎡	(36人)
	区民活動支援会議室2(2階)	63㎡	(33人)
研修室	研修室A-1	69㎡	(42人)
	研修室A-2	68㎡	(42人)
	研修室B-1	40㎡	(24人)
	研修室B-2	42㎡	(24人)
	研修室C-1	155㎡	(120人)
実習室	実習室	138㎡	(42人)
	調理実習室	112㎡	(42人)



☎ 世田谷区立保健医療福祉総合プラザ運営管理室 ☎03-6379-4301 FAX 03-6379-4305
<https://www.setagaya-sougouplaza.jp/reservation/>



ふれあいカフェ うめとぴあ

おにぎりプレートがリニューアル!



世田谷区保健センター・管理栄養士の協力で、栄養バランスの取れた「おにぎりプレート」がリニューアル。早くも人気メニューです。

- 場所 総合プラザ1階
- 営業時間 午前9時～午後4時
 - モーニング 午前9時～11時
 - ランチタイム 午前11時～午後3時30分
- 休業日 土・日曜日、祝日、施設点検日
年末年始(12月29日～1月3日)

Instagramで
情報発信中!



障害者施設生産品販売会開催!

できたての美味しいパンや焼き菓子などが毎回好評です。
お気に入りを探してみませんか?

●開催日 毎月第2・4火曜日 午前11時30分～午後1時30分

☎ 世田谷区 障害者地域生活課
☎03-5432-2425 FAX 03-5432-3021



一部メニュー 価格改定のお知らせ
ふれあいカフェ うめとぴあでは、原材料費高騰により4月より一部のメニューの値上げを予定しています。価格以上の居心地のよい空間づくりをしていきますので、引き続きのご利用をよろしくお願いいたします。

世田谷区立保健医療福祉総合プラザ

〒156-0043 東京都世田谷区松原6-37-10
☎03-6379-4301
FAX 03-6379-4305
営業時間 午前8時30分～午後10時
<https://www.setagaya-sougouplaza.jp>



交通アクセス

電車の場合

- 〈小田急線〉
梅ヶ丘駅北口から 徒歩 5分
豪徳寺駅から 徒歩 8分
- 〈東急世田谷線〉
山下駅から 徒歩 8分
- 〈京王井の頭線〉
東松原駅から 徒歩 14分

バスの場合

- 小田急バス【梅01】【梅02】【渋54】
「松原」または「光明学校前」バス停から徒歩1分
- 東急バス【等13】
「梅ヶ丘駅」バス停から徒歩5分

車の場合

- 来館者用駐車場あり(20分ごとに100円)
※駐車台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください

