


# 4月 April

総合プラザ  
Instagramは  
こちらから ▶ 

日	月	火	水	木	金	土
			1 ポール ウォーキング 10:00-	2	3	4
5	6	7 販売	8	9	10 赤ちゃんカフェ 10:00- 手話カフェ 14:00-	11 小・中学生 手話カフェ 14:00-
12 ☺️カフェ休診	13	14 販売	15 失語症サロン 14:00-	16 オレンジカフェ せたOHA 14:00-	17	18 区民活動文化祭 10:00-
19	20	21 点字カフェ 13:00- スクエア 14:30- 販売	22	23 生涯現役ゲーム 14:00-	24 ここからカフェ 13:00-	25 カフェ コンサート 13:00-
26 中南米を歩く (世界遺産と文化で 知る魅惑の地) 第1回:ペルー 14:00-	27	28 たのしい パラスポひろば 17:45- 販売	29 ☺️カフェ休診	30		

販売 障害者施設生産品販売会 : 出来立ての美味しいパンや、焼き菓子などが毎回好評です! 毎月第1-4火曜日(祝日を除く) 11:30~13:30  
※販売時間帯は変動することがあります

# 5月 May

総合プラザHPは  
こちらから ▶ 

日	月	火	水	木	金	土
		販売			1	2 ☺️カフェ休診
3 チューリップ コンサート 14:00-	4	5 こどもの日 パルーンアート ショー 14:00-	6 ポール ウォーキング 10:00- ☺️カフェ休診	7	8 赤ちゃんカフェ 10:00- 手話カフェ 14:00-	9 ことば磨き塾 14:00- 小・中学生 手話カフェ 14:00-
10	11 えいごカフェ プラス 10:00-	12 販売	13	14	15 楽しく語ろう つどいの会 13:30-	16 ☺️カフェ休診
17 歌声喫茶 14:00-	18	19 点字カフェ 13:00- スクエア 14:30- 販売	20 失語症サロン 14:00-	21	22 ここからカフェ 13:00-	23
24 ☺️カフェ休診	25	26 たのしい パラスポひろば 17:45-	27	28	29	30 うめとびあ 落語会 14:00-
31						

※受付状況により、既に満席となっているイベントもございます。あらかじめご了承ください  
※一部を除き、受付は開催日の1ヶ月前から開始いたします

【福祉・交流】

■ここからカフェ

「こころ」と「からだ」を元気にするために、毎回様々なワークショップを行っています（無料相談もあります）

■見えない・見えにくい方の  
情報交流広場「スクエア」

「見えない」「見えにくい」ことで不自由を感じている方。参加者による情報交換の場を開放しています（申込不要）

■楽しく語ろうつどいの会

認知症の人同士が知り合い、自由に話し合ったり、お互いの経験を共有することができる「仲間づくり」の場です

■失語症サロン

失語症のある方が、安心して会話を楽しめるサロンです

■茶話やか松原

誰でも気軽に立ち寄り、お茶を飲みながら話ができる居場所「茶話（さわ）やか松原」を開催します。皆様の参加を、心よりお待ちしております。

【こども】

■赤ちゃんカフェ

保育・児童の専門家を講師に迎え、絵本やおはなし遊び、わらべうた、ふれあい遊びなどで楽しく過ごしましょう

■小・中学生手話カフェ

小学生・中学生を対象とした「手話カフェ」を開催しています。初めてでも楽しく学べる手話を体験しませんか？

■たのしいパラスポひろば

ポッチャやフライングディスクなどのパラスポーツと一緒に楽しみましょう（障害のある小学生以上とその家族対象）

【健康】

■ポールウォーキング

ポールを使って無理なく正しい歩行姿勢を身につけながら一緒に筋力アップなどを目指しましょう！

【学び】

■えいごカフェプラス

ナビゲーターのエミリーさんと一緒に「いつもと少し違う言葉で、話を聞いたり、伝えたり」英語を楽しみながら、脳のトレーニングをしてみませんか？

■点字カフェ

視覚障害者が「点字」をやさしく楽しく紹介します。視覚障害の方を理解したい方を歓迎しています

■手話カフェ

大好評イベント「手話カフェ」を毎月一回開催しています。手話の「初めの1歩」を楽しみながら体験しませんか？

【販売】

■障害者施設生産品販売会

世田谷区では障害がある方の地域生活への理解と支援の輪が広がるよう、区内障害者施設の自主生産品（はっぴいハンドメイド製品）の販売会を行っています。総合プラザでは、出来立ての美味しいパンや、焼き菓子などが毎回好評です！

<毎月第1-4火曜日（祝日を除く） 11:30~13:30>

※販売時間帯は変動することがあります

【お問い合わせ】

保健医療福祉総合プラザ 運営管理室

☎ 03-6379-4301

FAX 03-6379-4305

【文化】

■うめとびあ落語会

落語家の立川左平次さん（真打）と立川の一さん（前座）をお招きし、うめとびあに集う皆様へ楽しい「落語のひとつき」をお届けします。

■うめとびあ チューリップコンサート

スペシャルゲストに、4オクターブの音域と7色の声を使い分けるシンガーソングライター「CORUKA（コルカ）」さんをお迎えし、昭和48年「心の旅」の大ヒットで一躍人気となったバンド「チューリップ」のヒット曲を中心に、CORUKAさんのオリジナル曲も含めて10曲お届けします。

■村上信夫のこぼれ磨き塾

元NHKアナウンサーの村上 信夫さんが、毎回各界の多彩なゲストを迎えて「こぼれ力」をテーマに軽快に語り合う、総合プラザの名物企画です。今回のゲストはスタンアップコメディアン松元ヒロさん。テーマは「憲法のことば」です

■歌声喫茶

歌手 葉月理恵さんと一緒に、昭和の名曲を歌って、笑って、ころを元気に、楽しい時間をすごしてみませんか？歌が好きな方なら、どなたでも大歓迎です!!

■中南米を歩く(世界遺産と文化で知る魅惑の地)

新シリーズの初回のテーマは、マチュピチュに代表される謎に満ちた文化を有するペルー。南米駐在歴9年の宮本英威さんが、知られざるペルーの魅力をご紹介します

※ 受付状況により、既に満席となっているイベントもございます。あらかじめご了承ください



公式インスタグラム

こちらも、  
随時情報更新中!!



総合プラザHP

イベント PICKUP

■ うめとびあ落語会

- 日 令和 8 年 5 月 30 日(土) 午後2時~午後3時 定 = 100名(要予約)
- 場 総合プラザ 1 階 うめとびあホール
- 費 1000円(ペットボトル飲料付) 問 総合プラザ運営管理室

※中学生以下無料、小学生は保護者同伴でご参加下さい。小学生未満のお子様はご入場できません。

※当日は現金でお支払いください(バーコード決済・電子マネー・クレジットカード等はご利用できません)

- 出演者 (前座) 立川の一 (たてかわのいち)  
1999年7月1日生まれ  
2022年4月1日立川志乃乃に入門前座「の一」となる
- (真打ち) 立川左平次(たてかわ さへいじ)  
1999年7月2日二代目快楽亭ブラックへ入門。前座名快楽亭ブラ談次  
2015年10月、真打昇進同時に立川左平次に改名



■ 歌声喫茶

- 日 令和 8 年 5 月 17 日(日) 午後2時~午後3時 定 = 50名(要予約)
- 場 総合プラザ 1 階 研修室A
- 費 500円 ※当日は現金でお支払いください(バーコード決済・電子マネー・クレジットカード等はご利用できません)
- 問 総合プラザ運営管理室

■ イベント概要

歌手 葉月理恵さんと一緒に、昭和の名曲を歌って、笑って、ころを元気に、楽しい時間をすごしてみませんか。

歌が好きな方なら、どなたでも大歓迎です!!

「歌うことを楽しむ」「思い出を共有する」時間を大切に、初めての方でも安心して参加できる場づくりを心がけています。

