

6月 June

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 ポールウォーキング 10:00-	4	5	6
7 バリアフリー 上映会 13:30-	8	9	10 楽しく語ろう つどいの会 13:30- 茶話やか松原 14:00-	11	12 赤ちゃんカフェ 10:00- 手話カフェ 14:00-	13 小・中学生 手話カフェ 14:00-
14 中南米を歩く (世界遺産と文化で 知る魅惑の地) 第2回:メキシコ 14:00-	15	16 点字カフェ 13:00- スクエア 14:30-	17 失語症サロン 14:00-	18 オレンジカフェ せたOHA 14:00-	19	20
21 うめとぴあ ハッピーコンサート 14:00-	22	23 たのしい パラスポひろば 17:45-	24	25 生涯現役ゲーム 14:00-	26 ここからカフェ 13:00-	27 カフェコンサート 13:00- MAPSカフェ 13:30-
28	29	30	🍷 6月はカフェ休業日ございません			

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

7月 July

日	月	火	水	木	金	土
			1 ポールウォーキング 10:00-	2	3	4
5 歌声喫茶 14:00-	6	7 たのしい パラスポひろば 17:45-	8	9 楽しく語ろう つどいの会 13:30-	10 赤ちゃんカフェ 10:00- 手話カフェ 14:00-	11 ことば磨き塾 14:00- 小・中学生 手話カフェ 14:00-
12 うめとぴあ 朗読会 14:00-	13 えいごカフェ プラス 10:00-	14	15 失語症サロン 14:00-	16	17	18 うめとぴあ ビートルズ LIVE #02 14:00-
19	20 🍷 カフェ休み	21 点字カフェ 13:00- スクエア 14:30-	22	23	24 ここからカフェ 13:00-	25
26	27	28	29	30	31	

【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

【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？

■たのしいパスポートひろば

ポッチャやフライングディスクなどのパスポート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！

■生涯現役ゲーム

楽しく笑ってゲームをしながら、手と頭を同時に動かしましょう。みんなで一緒に楽しく脳トレをしてみませんか？

【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。

■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

■各イベントの申込み先の詳細につきましては、総合プラザHP「イベントお知らせ」で確認ください

【文化】

■うめとびあ朗読会

総合プラザ恒例の朗読会イベントです。俳優の大地康雄さんとこうばこの会の皆さんが、4つの異なる物語を「朗読」で紡ぎながら、未知の世界へご案内します

■うめとびあ ビートルズLIVE #02

令和8年2月に開催し大好評だった「うめとびあビートルズライブ」の第2弾を開催します。都内ライブハウスでの演奏のほか、著名ミュージシャンとの共演やレコーディングにも参加するビートルズスコピーバンドが名曲の数々をお届けします。

■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「こぼれカ」をテーマに軽快に語り合う、総合プラザの名物企画です。今回のゲストは俳優の高田敏江さん。テーマは「戦争を語り継ぐこぼれ」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)

日本経済新聞のゼン元メキシコシティ支局長・宮本英威さんが、通算約10年にわたる中南米在住経験をもとに、「ガイコツの国」とも称されるメキシコの奥深い文化と魅力をひもときます。

■うめとびあ ハッピーコンサート

ライブ出演、作詞提供、舞台劇、施設慰問など多彩に活動し、現在はシンガー・ボイストレーナーとして活躍している「Moony(モコニー)」さんをお招きし、昭和歌謡から洋楽ヒットまで、懐かしく華やかな名曲で贈る心ときめくコンサートです。

■カフェコンサート

総合プラザのカフェスペースにて、入場無料でどなたでも生演奏をお楽しみいただけます。当日はカフェの営業を行っておりますので、お席についてはカフェ利用の方が優先となります。ご了承ください。

保健医療福祉総合プラザ 運営管理室

☎ 03-6379-4301

FAX 03-6379-4305



公式インスタグラム

詳しいイベント情報は
こちらから
ご確認ください



総合プラザHP

主な開催イベントのご紹介

Event Information

■ 第13回 村上信夫のこぼれ磨き塾

📅 令和 8年 7月 11日(土) 午後2時~午後3時30分

📍 総合プラザ 1階 うめとびあホール

🎫 1000円

📅 6月11日(木)より受付開始

※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こちらはご利用できません)

👤 =150名(要予約・全席自由)

📍 総合プラザ運営管理室

☎ 03-6379-4301

FAX 03-6379-4305

■出演者 村上信夫(元NHKエグゼクティブアナウンサー) ゲスト 高田敏江(俳優)

■イベント概要

元NHKアナウンサーの村上信夫さんが多彩なゲストとともに、想いを伝える力、聴き取る力、「こぼれカ」を磨くことを目的とした講演会です。13回目となる、こぼれ磨き塾のゲストは、俳優としての活動のほかに、被爆者の声を伝える朗読劇を全国各地で開催している高田敏江さん。テーマは「戦争を語り継ぐこぼれ」です



■ うめとびあ朗読会

📅 令和 8年 7月 12日(日) 午後2時~午後4時

📍 総合プラザ 1階 うめとびあホール

🎫 無料

📍 総合プラザ運営管理室 ☎ 03-6379-4301

FAX 03-6379-4305

■ イベント概要

総合プラザ恒例の朗読会イベントです。俳優の大地康雄さんとこうばこの会の皆さんが、4つの異なる物語を「朗読」で紡ぎながら、未知の世界へご案内します。

■出演者 大地康雄(俳優) 「こうばこの会」のみなさん ■竹笛演奏 松本和茂(物1手作りの会 主宰)

■こうばこの会 …… 視覚障害者を中心に語り部の活動を行っています。障害の有無に関係なく、ボランティアやスタッフのみなさんと共に力を合わせて活動するなど、トークパフォーマンスだけでなく、バリアフリーな社会作りに向けた活動や社会貢献活動も行っています。

