

9月 September

※イベント内容は、予告なく変更・又は中止になる場合がございます。予めご了承ください

日	月	火	水	木	金	土
		1 うめとぴあ通信 21号発行 販売	2 ポール ウォーキング 10:00-	3	4 たのしい パラスポひろば 17:45-	5 ことば磨き塾 14:00-
6 歌声喫茶 14:00-	7	8 販売	9	10 楽しく語ろう つどいの会 13:30-	11 赤ちゃんカフェ 10:00- 手話カフェ 14:00-	12 小・中学生 手話カフェ 14:00-
13 うめとぴあ 落語会 14:00-	14 えいごカフェ プラス 10:00-	15 点字カフェ 13:00- スクエア 14:30- 販売	16 失語症サロン 14:00-	17	18 にんさぽギャラリー 2026 (~9/28まで)	19
20 バリアフリー 上映会「とんび」 13:30-	21 敬老の日 コンサート 14:00-	22 ☺カフェ休み	23 ☺カフェ休み	24	25 ここからカフェ 13:00-	26
27 うめとぴあ ティアラレビュー 14:00-	28	29	30 茶話やか松原 14:00-			

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

10月 October

※イベント内容は、予告なく変更・又は中止になる場合がございます。予めご了承ください

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 ポールウォーキング 10:00- 手話カフェ 14:00-	3
4	5	6 販売	7	8 生涯現役ゲーム 14:00- たのしい パラスポひろば 17:45-	9 赤ちゃんカフェ 10:00- 楽しく語ろう つどいの会 13:30-	10 小・中学生 手話カフェ 14:00-
11	12 ☺カフェ休み	13 販売	14	15 オレンジカフェ せたOHA 14:00-	16	17 2026 うめとぴあフェスタ 10:00-
18	19	20 点字カフェ 13:00- スクエア 14:30- 販売	21 失語症サロン 14:00-	22	23 ここからカフェ 13:00-	24 カフェコンサート 13:00-
25 中南米を歩く (世界遺産と文化で 知る魅惑の地) 第4回：ブラジル 14:00-	26	27 販売	28	29	30	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。予めご了承ください

※ 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。詳しくは総合プラザHPを御覧ください

総合プラザ 運営管理室

☎ 03-6379-4301 FAX 03-6379-4305



主なイベント内容のご紹介

Event Guide

【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）

■楽しく語ろうつどの会

認知症の人同士が知り合い、自由に話合ったり、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】

■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を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）

【特別企画】

■2026うめとぴあフェスタ

うめとぴあ内事業所・協力団体によるワークショップや催し物、特典付スタンプラリー等を開催します。本年度は献血バスにて献血を実施する予定です。皆さまのご協力をお願いいたします。毎年人気の梅マルシェやキッチンカーの商品には数に限りがございますので、お早めにご来場下さい！

【健康】

■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してみませんか？

■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】

■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。視覚障害の方が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？

■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？

【文化】

■うめとぴあティアラレビュー

歌唱やダンス、演劇など様々な演目を組み合わせながら、テンポよく展開してゆくレビューショーです。ダンサー6人による切れのあるダンス、迫力あるボーカルを披露します。

■バリアフリー上映会

バリアフリー上映会とは、視覚に障害がある方に対しての音声ガイドや、聴覚に障害がある方に対しての日本語字幕などを用意した映画の上映会です。9月の作品は同名ベストセラー小説の映画化した「とんび」。主演の阿部寛と北村匠海、その他さまざまなキャストによる骨太な人間ドラマです。

※ 有料500円。障害者手帳(3種)、通所受給証、特定医療費(指定難病)受給証を持参のご本人、同伴者1名までは無料

■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「こぼれ」をテーマに軽快に語り合う総合バラエティの名物企画です。今回のゲストは講演家の香取貴信さん。テーマは「ディズニーランドで教わったこぼれ」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、どんなでも大歓迎です!!

■中南米を歩く(世界遺産と文化で知る魅惑の地)

日本経済新聞の前サンパブロ支局長・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、南米の大国ブラジルの奥深い文化と知られざる魅力をひもときます。

■敬老の日コンサート

毎年恒例の大人気コンサートです。大正時代の名曲や明治、昭和初期の唄を中心に数々のステージで活動している「親音姉妹(かんのんしまい)」さんをお迎えし、懐かしの名曲の数々をお届けします。皆さまも一緒に歌ってみませんか？

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Instagram

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

■ 2026 うめとぴあフェスタ

日 令和 8年10月17日(土)

午前10時～午後4時

場 総合プラザ

東京リハビリテーションセンター世田谷
ふれあいテラス(中央広場)

問 総合プラザ運営管理室

☎ 03-6379-4301 FAX 03-6379-4305

■ イベント概要

うめとぴあ内事業所・協力団体によるワークショップや催し物、特典付スタンプラリー等を開催します。本年度は献血バスにて献血を実施する予定です。皆さまのご協力をお願いいたします。毎年人気の梅マルシェやキッチンカーの商品には数に限りがございますので、お早めにご来場下さい！



■ うめとぴあ ティアラレビュー

日 令和 8年9月27日(日) 午後2時～午後2時45分 定 100名(要予約)

場 総合プラザ 1 階 うめとぴあホール

費 1,000円 ※当日 現金でお支払いください

問 総合プラザ運営管理室

☎ 03-6379-4301

FAX 03-6379-4305

(バーコード決済・電子マネー・クレジットカード等のご利用できません)

■ イベント概要

新企画「うめとぴあティアラレビュー ～夢幻輝～」を開催します。「レビューショー」とは、宝塚歌劇などで親しまれている、歌やダンス、豪華な衣装が織りなす華麗なエンターテインメントです。艶やかなオープニングから始まり、迫力あるボーカルナンバー、キュートでポップなダンスナンバーや大人っぽいバラードまでバラエティーに富んだナンバーをお届けし、豪華フィナーレまでノンストップのショータイムとなります。初めての方も、美しい舞台の世界をどうぞお気軽にお楽しみください。

■ 出演 (ダンス・歌唱) 愛麗まな、美月せい、白羽ののか、美琴愛花、桜くるみ、本条千紗



日 = 日時・日程 場 = 会場 定 = 定員 費 = 費用 問 = 問合せ先 申 = 申込開始日(特記ない場合は、発行日時点で申し込み可)