



しゃかいさんか 17 社会参加・レクリエーション

しょうがいしゃしゅうかん りかいそくしんじぎょう ◆ 障害者週間・理解促進事業

問合せ先

障害者福祉課 障害者福祉係
TEL (5211) 4214 / FAX (3556) 1223

12月3日から9日までは障害者週間です。

内容

～障害者週間とは～
国際障害者デーであり障害者基本法の公布日でもある12月3日を起点とし、障害者の日である12月9日までの1週間です。国民の間に広く障害者の福祉について関心と理解を深めるとともに、障害者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的としています。
この週間に合わせて、千代田区では区民ホールにて障害者の理解促進事業を開催しています。

対象

どなたでも参加できます。

にちようせいねんきょうしつ ◆ 日曜青年教室

問合せ先

生涯学習・スポーツ課 管理係
TEL (5211) 3632 / FAX (3264) 1466
Eメール shogaigakushuu@city.chiyoda.lg.jp

義務教育を終了した知的障害のある方を対象とした学習の場です。

内容

幅広い学習を通して社会的適応力を伸ばすとともに、さまざまなふれあいを通じて、社会参加の促進と充実した生活を送ることを目的としています。

期間：毎年4月から3月までおおむね月2回日曜日

午前9時から午後3時30分まで

場所：九段生涯学習館・スポーツセンターほか

- 学習：
1. 基礎学習（ことばや計算・音楽など）
 2. 技能学習（料理・図工・茶道など）
 3. スポーツ（水泳・軽スポーツなど）
 4. 館外学習（宿泊学習・バスハイクなど）

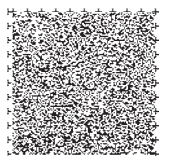
その他、他区の青年学級との交流もあります。

対象

千代田区在住・在勤または区立小・中学校、中等教育学校に通っていた方で、身の回りのことが自分ででき、団体行動のとれる15歳以上の知的障害のある方

利用料

保険料（64歳以下1,850円、65歳以上1,200円。いずれも年額）の他、宿泊学習や施設見学等の実費（食事代、入場料など）負担があります。



◆ふれあい福祉まつり

問合せ先

千代田区社会福祉協議会

〒102-0074 九段南1-6-10

TEL (3265) 1901 / FAX (3265) 1902

Eメール info@chiyoda-cosw.jp

「かがやく千代田 つながる心」をテーマに年1回開催しています。

- 内容**
1. 障害のある方たちの団体、ボランティア団体、NPO などによる活動紹介ブース
 2. 飲食ブース
 3. ステージやゲストを招いてのトークショーなど
- ※実行委員会による運営で、内容は毎年実行委員会で決定します。

対象 どなたでも参加できます。

◆郵便等による不在者投票

身

問合せ先

選挙管理委員会 事務局

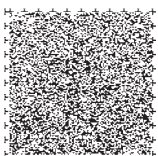
TEL (5211) 4268 / FAX (3264) 7767

在宅のまま、郵便等により投票を行うことができます。

- 内容**
- 下記に該当する方は、選挙管理委員会から「郵便等投票証明書」の交付が受けられます。
- 選挙の際にはこの「郵便等投票証明書」を提示し、投票用紙の請求をした上で、郵便等を利用して自宅で投票することができます。
- ※申請手続き等、詳しくはお問い合わせください。

対象 次のいずれかに該当する方

1. 身体障害者手帳をお持ちの場合
 - (1) 両下肢、体幹、移動機能の障害 1・2級の方
 - (2) 心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害 1級若しくは3級の方
 - (3) 肝臓の障害 1から3級の方
 - (4) 免疫の障害 1から3級の方
2. 戦傷病者手帳をお持ちの場合
 - (1) 両下肢、体幹の障害 特別項症、第1項症、第2項症の方
 - (2) 心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障害 特別項症、第1項症、第2項症、第3項症の方
3. 介護保険の被保険者証をお持ちの場合
要介護状態区分が「要介護5」の方



しんしんしょうがいしやすいえいきょうしつ
◆心身障害者水泳教室

身 知

問合せ先

千代田区体育協会
TEL (3252) 3636 / FAX (3252) 3939

しんたい ちてきしょうがい かた たいしょう すいえいきょうしつ
身体・知的障害のある方を対象とした水泳教室です。

内 容

ひごろ うんどう きかい すく しんたい ちてきしょうがい かた たの
日頃、運動の機会が少ない身体・知的障害のある方が、スポーツの楽しさを
たいとく たいりょく けんこう ぞうしん はか すいえいきょうしつ かいさい
体得できます。体力と健康の増進を図るための水泳教室を開催しています。

すいえいきょうしつかいさいにちじ
水泳教室開催日時
6月～7月の日曜日 計3回 午前中

対 象

身体・知的障害のある区内在住者で、身の回りのことが自分ででき、団体行
動の取れる方

しょうがいしゃ しえんじぎょう
◆障害者アート支援事業「ポコラート (POCORART)」

問合せ先

アーツ千代田 3331
〒101-0021 千代田区外神田 6-11-14 (旧練成中学校)
TEL (6803) 2441 / FAX (6803) 2442
Eメール pocorart@3331.jp

しょうがい あるひと ないひと アーティストが、共に文化芸術に親しんでもらえる事業です。

内 容

「ポコラート (POCORART)」とは、Place of “Core+Relation ART” の
りやくしょう しょうがい うむ かか ひとひと で あ たが えいきょう あ ぼしよ
略称であり、『障害の有無に関わらず人々が出会い、互いに影響し合う場所』
およ づく ば こうい しめ めいしょう ひとり
及び、その「場」を作っていく行為を示す名称です。一人のアーティストと
して、さまざまな表現を受け入れる作品公募や展覧会を行っています。

対 象

どなたでも参加できます。

かつどう しみんかつどう しえん
◆ボランティア活動・市民活動への支援

問合せ先

ちよだボランティアセンター
〒102-0074 九段南 1-6-10 かがやきプラザ4階
TEL (6265) 6522 / FAX (3265) 1902
Eメール volunteer@chiyoda-cosw.jp

ボランティア活動・市民活動を行う個人・グループ・団体は支援が受けられます。

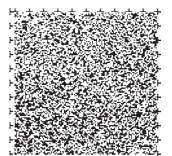
内 容

くない しょうがいしゃ かん かつどう しみんかつどう おこな こじん
区内で障害者に関するボランティア活動・市民活動を行う個人・グループ・
だんたい かいぎしつ きざい かした じよせいぎん う
団体は、会議室や器材の貸出し、助成金などが受けられます。
また、定期的にボランティア情報誌を受け取ることができます。
ボランティア保険 ぎょうじほけん かにゆうてつづ
ボランティア保険・行事保険の加入手続きができます。

対 象

ボランティア活動をしている個人・グループ及び団体

社会参加・レクリエーション



ふくしたいけん しゅつちよう こうざ
◆福祉体験（出張）講座

問合せ先

ちよだボランティアセンター
〒102-0074 九段南1-6-10 かがやきプラザ4階
TEL (6265) 6522 / FAX (3265) 1902
Eメール volunteer@chiyoda-cosw.jp

がっこう きぎょう ふくしたいけん しゅつちよう こうざ じっし
学校や企業で福祉体験（出張）講座を実施します。

- 内容** 障害者への理解を深めるための講座です。ボランティア入門講座、車いす体験、アイマスク（視覚障害者擬似）体験、手話体験等、ボランティアグループの協力を得て実施します。
- 対象** 千代田区内の学校・企業・団体など
- 利用料** 体験セットの運搬にかかる経費
ボランティアグループへの謝礼（応相談）

しかく ちょうかくしょうがいしゃきょうようこうざ
◆視覚・聴覚障害者教養講座

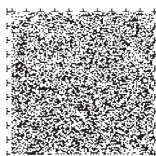
身

問合せ先

東京都教育庁 地域教育支援部 生涯学習課
TEL (5320) 6864 / FAX (5388) 1734

しかく ちょうかくしょうがいしゃむ こうざ おこな
視覚・聴覚障害者向けの講座を行っています。

- 内容** 視覚・聴覚障害者が日常生活を豊かにし、教養を高めるための機会として、「視覚・聴覚障害者教養講座」を実施しています。
この教養講座は、「視覚・聴覚障害者と健常者との相互理解を図る」こともねらいとしており、講座によっては、都内在住・在勤の方で関心のある方であれば、どなたでも参加できるものもあります。
※詳しくはお問い合わせください。
- 対象** 視覚・聴覚障害のある方と都内在住・在勤の方



◆東京都障害者スポーツセンター

問合せ先

東京都障害者総合スポーツセンター
〒114-0033 北区十条台 1-2-2
TEL (3907) 5631 / FAX (3907) 5613
ホームページ <https://tsad-portal.com/mscd>

東京都多摩障害者スポーツセンター
〒186-0003 国立市富士見台 2-1-1
TEL 042 (573) 3811 / FAX 042 (574) 8579
ホームページ <https://tsad-portal.com/tamaspo>

スポーツとレクリエーションが楽しめる障害者専用の施設です。

内容 スポーツ・レクリエーションを通じ、障害のある方の健康増進と社会参加を促進するための障害者専用スポーツ施設です。

障害のある方がいつひとりでも気軽にスポーツ・レクリエーションを楽しむことができます。

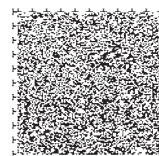
●東京都障害者総合スポーツセンター
 体育館・プール・卓球室・STT室・トレーニング室・多目的室・洋弓場・
 運動場・庭球場などスポーツ施設のほか、集会室・研修室・印刷室・図書
 コーナー、宿泊施設も併設しています。

●東京都多摩障害者スポーツセンター
 体育館・プール・卓球室・STT室・トレーニング室などスポーツ施設の
 ほか、集会室・印刷室・録音室、宿泊施設も併設しています。
 詳しくはセンターまでお問い合わせください。

対象 障害者手帳をお持ちの方及び同程度の障害を有する方とその介護者、または
 障害者の福祉の増進を目的とする団体
 その他、とくに都知事が認める方

利用料 無料（但し宿泊施設は有料）

※令和3年1月31日現在、新型コロナウイルス感染症対策に伴い、施設の利用方法を変更して運営をしております。ご来館前に必ずセンターにお問い合わせください。当センターのホームページでも最新の情報を随時掲載しています。



ぶんかきょうようこうざ
◆文化教養講座

身

問合せ先

(社福) 聴力障害者情報文化センター
〒153-0053 目黒区五本木 1-8-3
TEL (6833) 5004 / FAX (6833) 5005
Eメール soudan@jyoubun-center.or.jp
ホームページ http://www.jyoubun-center.or.jp/

ぶんかきょうようこうざ
文化教養講座

- 内容** 生け花、絵画、英語、日本語字幕付映画上映、教養講座や、交流サロンなど。開催時期や回数などは講座により異なります。詳細はお問い合わせください。また、当センターのホームページでもご覧いただけます。講座によって①一括申込 ②開催ごと申込 があります。
- 対象** 都内在住・在勤・在学の聴覚障害者（身体障害者手帳の有無問わず）一部のプログラムは聞こえる方も参加できます。
- 利用料** 原則無料（材料費等がかかる場合があります。詳細はお問い合わせください）

とうきょうとしょうがいしゃきゅうよう
◆東京都障害者休養ホーム

身 知 精

問合せ先

公益財団法人日本チャリティ協会
〒160-0004 新宿区四谷 1-19 アーバン四谷ビル 4階
TEL (3353) 5942 / FAX (3359) 7964

保養施設の宿泊料の一部の補助が受けられます。

- 内容** 指定された保養施設を利用した際の宿泊利用料の一部の補助が受けられます。年間（4月1日から翌年3月31日）2泊まで、1泊につき次の額を限度として補助します。予算の範囲内での助成となります。障害者 大人 6,490 円まで、子供 5,770 円まで 付添者 大人 3,250 円まで 締切 団体－利用日の3週間前 個人－利用日の2週間前 ※詳しくはお問い合わせください。
- 対象** 都内にお住まいの方で、身体障害者手帳、愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方 介助を必要とする方は、利用者1名につき付添いの方1名も利用できます。
- 利用料** 自己負担額は直接施設にお支払いください。

