⑰ 社会参加・レクリエーション

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。

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・パソコンなど）
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り、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

「つながる心　かがやく千代田」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．多世代が交流できるプログラムや福祉体験ブース
3．地域・福祉団体のステージ発表など
※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

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

身体・知的障害のある方を対象とした水泳教室です。

内　容 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。

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

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

障害のある人・ない人・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』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、様々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。

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 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・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・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

個人ボランティアのコーディネート　身 知 精

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

生活上の困りごとに対し、ボランティアによる支援の相談が受けられます。

内　容　障害のある区内在住者の方で、制度だけでは対応が難しい生活上の困りごとのある方に対し、ボランティアだからこそできる支援の相談を受付けています。

対　象　障害のある区内在住者の方

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

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）

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　視覚：（5320）6859　聴覚：（5320）6857／FAX（5388）1734

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来ても気軽にスポーツ・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５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。

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/

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）

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

東京都が指定する宿泊施設の宿泊料金の一部を助成します。

内　容　指定された宿泊施設を利用した際の宿泊料金の一部を助成します。
助成回数　年度内（4月1日から翌年3月31日まで）2泊まで
助成金額　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
申込締切　団体　利用日の3週間前
個人　利用日の2週間前
※上記締切を過ぎた利用に関しては、助成対象となりません。

対　象　都内に住所を有し、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等の交付を受けている方（有効期限内であること）。等級は問いません。
保養施設を利用するにあたり、障害者の日常生活動作等の介助を行える方で、利用者1名につき付添いの方1名も助成を受けられます（都内在住の方に限りません）。

利用料　自己負担額がある場合、直接保養施設にお支払いください。

※詳しい内容は「東京都障害者休養ホーム事業のごあんない」冊子をご覧ください。
年度予算の範囲内での助成となるため、利用を制限させて頂く場合がございます。
宿泊施設の予約後すぐに日本チャリティ協会へ電話またはFAXでご連絡ください。