

趣味が**他人の役に立つ!**  
物作りが好きな方**必見!**

# 自助具を知り作る体験する!



2019年2月3日日曜日

13時00分~15時00分



ホルダー付き食器と皿ガード



鉛筆ホルダー

会場：八王子市市民活動支援センター  
講師：八王子自助具工房フレンズ 会員の皆さん  
参加費：無料  
定員：16名（申込多数の場合は抽選）  
申込締切：1月25日（金）必着

※締切後も席に余裕がある場合は申込を受付ます。



1

八王子自助具工房フレンズは、  
肢体不自由者、高齢者向けに自助具  
（日常生活の不便を補う道具）を  
ボランティアで製作している団体です。

3

身体が思うように  
動かなくても、  
ちょっとしたアイデアや  
工夫が詰まった道具で、  
より快適な自立生活が  
できるようになります。



片手でシャンプーボトル

2

握力が弱くても使えるようにした  
スプーンや片手でピンの蓋を開ける  
道具など、自助具は、食事、家事、  
身だしなみ、趣味やコミュニケーション  
とあらゆる日常生活の場面で  
活躍します。

4

今回は、自助具とは  
どのようなものかを知り、  
実際の自助具を体験し、  
「片手でシャンプーボトル」  
を作ります。

申込先：八王子市市民活動支援センター

アクティブ市民塾 172

申込方法

- ①申込専用フォーム：<https://bit.ly/2DHepNR>
  - ②FAX：042-646-1587
  - ③メール：[npo802@shiencenter-hachioji.org](mailto:npo802@shiencenter-hachioji.org)
  - ④往復ハガキ：返信面の宛名を記入
- ※「2/3 講座」、氏名（ふりがな）、連絡先  
（電話・FAX・メールアドレス）をご記入ください。



申込フォームに  
簡単アクセス

主催：八王子市市民活動支援センター  
〒192-0083  
八王子市旭町 12-1 ファルマ 802 ビル 5 階  
Tel：042-646-1577  
Fax：042-646-1587

※アクティブ市民塾は、八王子で活動しているNPO・団体を、市民の方に紹介する講座です。