

# たけのこ

令和5年(2023年)6月号 No.235

発行責任者：社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会  
豊玉障害者地域生活支援センターきらら 所長 菊池 貴代子

住所：〒176-0012練馬区豊玉北5-15-19

豊玉すこやかセンター6F

電話相談・問合せ:Tel.03(3557)9222/Fax.03(3557)2090

ホームページ <https://www.neri-shakyo.com/department/kirara>

6月21日は  
夏至です。  
1年でもっとも昼間の  
時間が長くなります。

豊玉障害者地域生活支援センターきらら は、障害のある人たちやその家族が地域で  
孤立せず、安心して自分らしくいきいきとした生活が送れるように一緒に考え、  
サポートするところです。



## 6月のおすすめプログラム

### 昼食会

日時：6月16日(金) 正午～午後1時

場所：オープンスペース テーブル席

5月より昼食会を月1回から再開しました。  
6月もアラカルト昼食会を開催します。ボラ  
ンティアがおいしい食事を作ってくださいませ。  
15食を提供しますので、  
事前予約をお願いいたします。  
食事の感想もお聞かせください。



### 出張きらら in 光が丘

日時：6月19日(月) 午後1時～午後3時

- 今回は「友禅型染」を行います。友禅型染と
- は、型紙を使い、色のついた糊で模様を染め出す
- 日本の代表的染織工芸の一つです。先生が丁寧に
- 教えてくださいます。
- ご興味のある人は
- ぜひご参加ください。
- ★参加費は100円です。



### 花くらぶ



参加者は2時にきららに集合してください。

●6月6日(火) 午後2時～午後4時

→つつじ公園の植え替え

●6月13日(火) 午後2時～午後4時

→練馬図書館の植え替え

●6月20日(火) 午後2時～午後4時

→練馬デイサービスセンターの植え替え

●6月27日(火) 午後2時～午後4時

→きららベランダ&ハンギングの植え替え

- 花くらぶでは年2回(6月と11月)お花の植え
- 替えを行っています。どんなお花を植えようか、
- 何色のお花が良いかなど、みなさんからアイデアを
- つのりながら、今年の夏を彩るお花を順次植え替
- えていく予定です。植え替えをしたことがない人
- でも、ボランティアがやさしく、わかりやすく植
- え替えの手順を教えて
- くれるので安心して
- ご参加ください。





# 6月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
▼(オ)は、オープンスペースです。▼電話相談は、月・火・木・金:午前9:00～午後8:00、土・日:正午～午後8:00となります。▼相談日(月・木:午前9:00～午後7:00、火:午前9:00～12:00)は、事前予約が必要です。オープンスペースの時間でも相談ができます。スタッフにお声かけください。▼プログラムの申込は前月25日からです。▼パソコン教室は資料代として各50円かかります。▼出張きらら in 光が丘は、光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナーに集合となります。						
4 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦	5 (オ)なし 相談日(予約制)	6 午前:相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎1時/2時/3時/4時 パソコン教室① ◎2:00～4:00 花くらび	7 休み	8 (オ)なし 相談日(予約制)	9 正午～7:00(オ) ◎正午～1:00 黙食タイム ◎2:00～4:00 SST②	10 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎2:00～4:00 パソコン開放①
11 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎10:00～11:30 サポーター養成講座 (ういんぐ) ◎2:00～3:00 メンバーミーティング	12 (オ)なし 相談日(予約制)	13 午前:相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎1時/2時/3時/4時 パソコン教室② ◎2:00～4:00 花くらび ◎3:00～3:30 街清掃	14 休み	15 (オ)なし 相談日(予約制)	16 正午～7:00(オ) ◎正午～1:00 昼食会 (参加費 300円) ◎2:00～4:00 SST③	17 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎2:00～3:00 茶道体験 (参加費 100円) ◎3:30～5:00 囲碁教室
18 全館清掃のため 休み 	19 (オ)なし 相談日(予約制) ◎1:00～3:00 出張きらら in 光が丘 (参加費 100円)	20 午前:相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎1時/2時/3時/4時 パソコン教室③ ◎2:00～4:00 花くらび	21 休み	22 (オ)なし 相談日(予約制)	23 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 トライアングル・ゼミ	24 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎10:00～11:30 びあまっぴ ◎1:00～1:30 茶話会 ◎2:00～4:00 パソコン開放②
25 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎2:00～3:00 防災プログラム	26 (オ)なし 相談日(予約制)	27 午前:相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 花くらび	28 休み	29 (オ)なし 相談日(予約制)	30 正午～7:00(オ)	

パソコン教室  
資料代  
各50円

# お知らせ

【オープンスペースの利用について】  
感染症の予防対策を引き続き行います。  
以下のご協力をお願いいたします。

- 来所時は手洗い、消毒、検温を行ってください。
- 黙食をお願いします。  
(食事は指定のスペースで、会話はお控えください)
- マスクを着用してください。
- 周りの人と適度な距離をとってください。
- 体調が悪い時は、利用を控えてください。

\*練馬区の方針等により、利用方法が変更になることがあります。

【6月のトライアングル・ゼミ】  
トライアングル・ゼミは、就労やボランティア活動など自己実現を目指して、一緒に話し合い、学び合うプログラムです。また、ういんぐ、きらら、レインボーワークが合同で行うプログラムです。今年度は、5月の合同プログラムから始まり、6月は各所でオリジナルのプログラムが開催されます。きららでは、練馬ボランティア・地域福祉推進センターのスタッフを招いて、ボランティアについてお話を伺います。興味のある人、ボランティアってなんだろう?と思った人はぜひご参加ください。

また、ういんぐやレインボーワークでも様々なプログラムを行っています。詳しくは、トライアングル・ゼミのチラシをご覧ください。



# 当事者会からのお知らせ

## ★5月14日(日)のミーティング報告★

5月のミーティングでは、6月のホワイトボード決め、お試しプログラム、酉の市について話し合いました。お試しプログラムについては「やってみたい!」という意見が多くありました。ホワイトボードのテーマは、梅雨、あじさい、ジュンブライド、台風、夏至になりました。酉の市については、みんなが考える酉の市のイメージについて話し合いました。7月より具体的に進めていきます。

## 次回のメンバーミーティングは…

**6月11日(日) 午後2時～午後3時**

「発表タイム」最長3分、要予約  
「7月のホワイトボードテーマ決め」  
次回は、前回に続きお試しプログラムと酉の市について話し合いたいと思います。みなさんがやってみたいプログラムについて聞かせて下さい。今までメンバーミーティングに参加されたことがない人も、この機会に是非! 多くの人の参加をお待ちしています。

## 報告

## 音楽を語る会

日時：4月23日(日) 午後2時～3時30分

音楽は言葉を交わさなくても、選んだ曲でその人が分かるかも知れない。そんな事を感じさせるほど、みんなのおすすめの曲はさまざまなジャンルの音楽であふれていました。お互いの曲の世界にひたりながら、同じ時を共有し楽しみました。メンバーおすすめ曲は、冊子にしてオープンスペースに置いてあります♪

## パソコン開放

日時：4月8日・22日(土) 午後2時～4時

毎月2回、パソコンを使用できる時間を設けています。WordやExcelなどを練習する人、インターネットで動画を見る人など、使い方は様々です。ボランティアの小辻先生が丁寧に使い方を教えてくださいますので、パソコンを使ってみたい人はぜひご参加ください。



## 豊玉障害者地域生活支援センター きらら

### 案内図



●西武池袋線練馬駅中央口より徒歩5分

●都営地下鉄大江戸線練馬駅A1出口より徒歩5分

※身体が不自由な方などを除き、車での来所はお控えください。

〒176-0012 練馬区豊玉北5-15-19

豊玉すこやかセンター6階

豊玉障害者地域生活支援センターきらら

## お知らせ

- 全館禁煙です。
- 施設周辺での喫煙もご遠慮くださいますよう、ご協力をお願いいたします。
- ごみはお持ちかえりください。
- 施設内や行事の写真撮影、SNS等への掲載はご遠慮ください。

