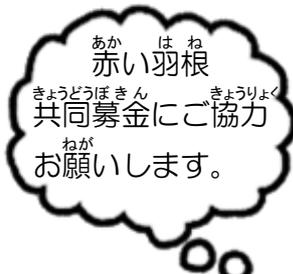


# たけのこ

令和2年(2020年)10月号 No.203

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>



練馬区社協キャラクター  
ネリー

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。

## 10月のプログラムお知らせ

◆出張きららin光が丘「自然散策」  
 10月19日(月) 1時~2時 定員:10名  
 集合場所:光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナー(光が丘区民センター6階)

今回は、NPO法人みどり環境ネットワーク! さんに来ていただき光が丘公園の散策を行います。日頃見ている景色もガイドしていただくと違った発見があるかも!? 密を避けつつみんなで自然の中でリフレッシュしましょう🍁

◆花くらぶ  
 毎週火曜日 3時~4時  
 現地集合・現地解散(活動場所についてはスタッフまでお問い合わせください)

通常だと10月は夏時間も終わり2時間での活動ですが、今年は感染症拡大防止のため引き続き3時~4時の1時間で行います。人数把握のために、参加希望者は必ず事前予約をお願いします🍁



9月~11月「災害伝言ダイヤル \*スタンプラリー\*」  
 災害時の連絡方法として伝言ダイヤルを体験しよう!

9月1日……終了⇒答えは「ローリングストック」  
 10月1日・11月1日……13時~24時

《災害伝言ダイヤルの聞き方》

- ①「171」に電話をかける
- ②ガイダンスに従い、再生「2」を押す
- ③きららの電話番号「0335579222」を押す
- ④伝言(クイズ)を聞く
- ⑤きらら来所時にクイズの答えをスタッフに伝える
- ⑥スタンプ押印&プチ非常食をプレゼント🍁



## 防災プログラム

10月11日(日) 2時~3時

場所:きらら交流室

定員:8名



災害があっても地域で安心・安全に生活するには日頃よりどんな準備があるとよいでしょうか。今回はコロナ対策も含め、普段から実践していること等をみんなで共有しながら、生活に活かしていけるよう学び合いましょう。



# 10月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土	
<p>▼(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。スタッフにお声かけください。▼毎週土曜日は手話による相談ができます。▼全てのプログラムが予約制になります。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。</p>				<p>1 (オ)なし 相談日(予約制) ★災害伝言ダイヤルを聞いてクイズに答えよう!  171</p>	<p>2 正午~7:00(オ) ☉2:00~3:00 SST①</p>	<p>3 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可</p>	
<p>4 正午~7:00(オ) ☉2:00~4:00 誰でも参加できるSST 講師:吉田 みゆき氏</p>	<p>5 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>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 ☉3:00~4:00花くらぶ</p>	<p>7 休み</p>	<p>8 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>9 正午~7:00(オ) ☉2:00~4:00 SST②</p>	<p>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</p>	
<p>11 正午~7:00(オ) ★クリーン作戦 ☉10:00~11:00 サポーター養成講座(ういんぐ) ☉2:00~3:00 防災プログラム</p>	<p>12 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>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 ☉3:00~4:00花くらぶ</p>	<p>パソコン教室 資料代 各50円</p>	<p>14 休み</p>	<p>15 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>16 正午~7:00(オ) ☉2:00~3:00 SST③</p>	<p>17 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可</p>
<p>18 全館清掃のため 休み</p>	<p>19 (オ)なし 相談日(予約制) ☉1:00~2:00 出張きららin光が丘「自然散策」</p>	<p>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 ☉3:00~4:00花くらぶ</p>		<p>21 休み</p>	<p>22 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>23 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ☉10:00~11:00 ぴあまっぴ ☉1:00~1:30 茶話会① ☉2:00~4:00 パソコン開放</p>	<p>24 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可</p>
<p>25 正午~7:00(オ) ☉1:00~1:30 茶話会②</p>	<p>26 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>27 午前:相談日(予約制) 正午~7:00(オ) ☉3:00~4:00 花くらぶ</p>	<p>28 休み</p>	<p>29 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>30 正午~7:00(オ) ☉2:00~3:00 トライアル・ゼミ 「働くとは③」</p>	<p>31 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可</p>	

## < お知らせ >

**【誰でも参加できるSST】**  
**10月4日(日) 2時~4時**  
**定員:15名**  
**講師:吉田 みゆき 氏**  
**(同朋大学社会福祉学部准教授)**  
 SSTとは「自分の気持ちや考えを上手に人に伝える練習をする」ことを目的にしています。今回は感染症対策として定員を通常の半分にしているため、参加希望者は必ず事前予約をお願いします。より良いコミュニケーション方法を一緒に考え、練習してみませんか?

**《オープンスペースの利用について》**  
 ①風邪の症状や発熱のある方(ご家族が体調不良の場合も)は利用をお控えください。  
 ②マスクをつけましょう。  
 ③手洗いと検温をお願いします。  
 ④オープンスペースは定員10名です。  
 ⑤利用時間は1日1回1時間です。(プログラム時間含む)  
 ⑥食事はお控えください。  
 ⑦適度な距離(2m以上)をとりましょう。

**《プログラムについて》**  
 ★全てのプログラムが**予約制(定員あり)**となります。参加を希望される方は必ず事前に予約をお願いします。  
 ★換気や消毒のため時間を短縮して行うプログラムもあります。  
 ★延期や中止の場合は練馬区社会福祉協議会のホームページでお知らせします。

誰でも参加できるSST  
8月2日(日) 参加者15名

ほうこく  
報告

★クリーン作戦☆  
8月9日(日) 参加者15名

今年度1回目は、SST普及協会認定講師の河島先生をお迎えして開催しました。コロナの影響で人数や時間を縮小しての開催でしたが、日常のコミュニケーション場面で悩んでいたこと、気になっていたこと等を積極的に練習しました。参加者からは「自分では思い浮かばないアイデアを知れて良かった」等の感想がきかれました。

例年、多くのおみなさんと取り組んできた大掃除を変更して、感染症が流行する時期におすすめのクリーン作戦を行いました。消毒液を作り、それを使ってぞうきんで拭き掃除をしました。室内をきれいにしただけでなく、消毒もできて感染予防にもなりました。ご自宅でも取り入れてみてください。クリーン作戦は、今後も行う予定です。



茶話会

8月29日(土) 参加者9名  
30日(日) 参加者5名

茶話会を久しぶりに再会しました！今回は密を避けるため、2回に分けて行いました。

29日(土)は食中毒について「猛暑で胃も腸も疲れているので、冷たいものを取りすぎないようにしましょう」といったお話がありました。

30日(日)はオープンスペースの利用時間について「コロナ対策で仕方がないが、利用時間が短くてさみしい」「はやく元の利用方法にもどるといいいな」といった声がありました。

ねりまサポステ

「オープンきららプロジェクト！」

関係機関やこれからきららの利用を考えている方向けに毎年「オープンきらら」を開催し、利用説明会等を行っています。しかし、この状況のなか集まって何かをすることは難しそう…

そこで！！！！今年は集まるのではなく、「ねりま若者サポートステーション」の協力を得てきららを広報できるツールを創っていくことになりました。「インタビューうけてもいいよ」「広報ツールを持ってきららを宣伝するよ」等、ご協力いただける方はぜひスタッフまでお声かけください。お待ちしております♪

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
- ※駐車場は緊急車両専用のため車での来所はご遠慮下さい。

〒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。

