練馬区・豊玉障害者地域生活支援センターきらら　だより

たけのこ

平成30年(2018年)2月号 No.171

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 http://www.neri-shakyo.com/index.php/post/kirara/

寒い日が続くので暖かくして出かけましょう！



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生き生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。

練馬区社協キャラクター ネリー

誰でも参加できるSST

12月16日（土）
参加者：26名

第17回目の誰でも参加できるSSTを開催し、講師として村本好孝先生に来ていただきました。“誰でも”の名の通り、きららのメンバーだけでなく、家族会や関係機関からの参加も多くありました。練習は家族や上司との会話等で場面は人によって違ってきますが、SSTは希望志向であり、それぞれなりたい自分に向けての練習をしました。感想では目標に向けて「前進できた」「家族へ伝えることの大切さ、難しさを学んだ」等聞かれました。



次回：第18回誰でも参加できるSST　2月3日（土）
講師：吉田みゆき先生（SST普及協会認定講師）

当事者活動 クリスマス会 報告









12月17日(日)14時～15時にクリスマス会を開催し、37名が参加しました。実行委員を中心に企画や買い出し等の準備を行い、クリスマス会当日を迎えました。メンバーによる出し物では、歌や楽器の演奏があり、メンバーの個性が輝いていました。次に行われたクイズでは、「ばばばばばばば」これはなんと読むでしょう（答えは「ば」が7つで『バナナ』）といったとんちクイズ、きららやスタッフに関するきららクイズの2種類が出題されました。メンバーのみなさんの協力もあり、とても素敵な時間をみんなで過ごすことができました。ありがとうございました(^^)♪







2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。▼就労実習体験は1週目の月曜が練馬デイサービスセンター、4週目の日曜が光が丘LIVINです。				1 (オ)なし 相談日(予約制)	2 正午～7:00(オ) 2:00～4:00 SST①	3 正午～ 7:00(オ) 2:00～5:00 誰でも参加できるSST 講師:吉田みゆき先生
4 正午～7:00(オ) 2:00～3:30 卓球	5 (オ)なし 相談日(予約制) 9:00～正午 就労実習体験	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花くらぶ	7 休み	8 (オ)なし 相談日(予約制)	9 正午～7:00(オ) 正午～ 昼食会 参加費300円 「美味しいカレー」 ※当日は、12:30までにきららにお越しください。 2:00～4:00 SST②	10 正午～7:00(オ) 10:00～正午 サポーター養成講座 (ういんぐ) 2:00～4:00 パソコン開放
11 建国記念日のため お休み	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花くらぶ 3:00～3:30街清掃	14 休み	15 (オ)なし 相談日(予約制) 4:30～5:30 囲碁教室	16 正午～7:00(オ) 正午～ 昼食会 参加費300円 「豚肉の生姜焼き」 ※当日は、12:30までにきららにお越しください。 2:00～4:00 SST③	17 正午～7:00(オ) 2:00～3:00 茶道体験 参加費100円
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 「型染め友禅体験」 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花くらぶ	21 (オ)休み (電)休み 外出プログラム ※事前にお申込みください。	22 (オ)なし 相談日(予約制)	23 正午～7:00(オ) 相談日(予約制) 2:00～4:00 トライアルゼミ 「模擬面接②」 ※詳しくは、スタッフにお問い合わせください。	24 正午～7:00(オ) 相談日(予約制) 10:00～正午 ぴあまっぷ 1:00～1:30 茶話会 2:00～4:00 パソコン開放
25 正午～7:00(オ) 2:00～4:30 年金勉強会 2:00～4:00 就労実習体験	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花くらぶ	28 休み			

パソコン教室
資料代
各50円

お知らせ

＼出張きららin光が丘／

2月19日(月) 1時～3時

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)

講師:村山 朝偉氏

参加費:100円

2月の出張きららでは、初めて「型染め友禅体験」を行います！友禅型染めとは、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色工芸の一つです。

講師の村山先生は、ガラス工芸家、友禅染色作家です。宮内庁御用の御献上品の製作、夕刊フジの連載、各地でのワークショップなど活躍されています。ぜひ、世界にひとつだけのオリジナルハンカチを作ってみませんか？



＼外出プログラム／

当事者活動

2月21日(水)

10時半～15時(予定)

場所:国立科学博物館(上野)

※事前申込制

申込み締切は、2月9日(金)です。

メンバーから外出先の希望を募集し、その希望の中からメンバーで話し合い、外出先を決定しました。ぜひご参加ください。

茶話会　報告

12月17日(日)　参加者:30名

今回の茶話会は、「朝、寒くて布団から出られない時はどうしているか？」という話題から始まり、メンバーからは「靴下をはいて寝ている」「寝る前にハーブティを飲むと良い」といった工夫が話されました。

また、「酉の市」や「赤い羽根共同募金」の報告、「出張きらら」や「外出プログラム」のお知らせがありました。

最後に、きらら内で無断で撮影した写真等をインターネットに掲載したりせず、安心できるきららを作る事を再確認し合いました。

大掃除　報告

12月26日(日)　参加者:32名

今年度第2回目の大掃除。今回はカーテンも全て洗い、交流室も相談室の中も「良い香りがする～」と爽やかに仕上がりました。毎回恒例となってきた振り返りでは、囲碁の碁石もキレイにしたいと意見もあがり、早速「碁石をキレイにする日」を2月10日(土)1時からと決まりました。また皆さんからの提案で、事前にチームごとに段取りや手順の確認の打合わせ、終了後意見集約をチームごとでとのご意見を早速次回は取り入れて、3月27日(火)2時～大掃除をお待ちしております

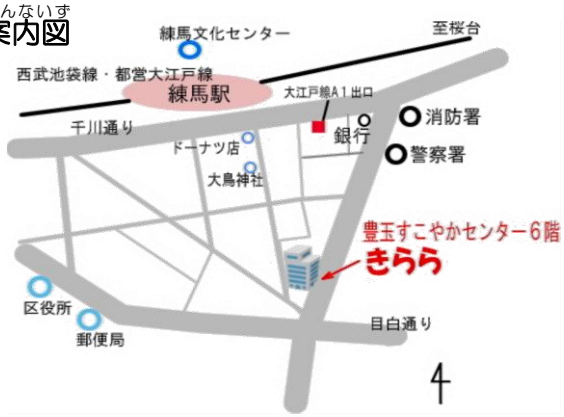
パソコン教室　お知らせ

きららのパソコン教室は毎月、1,2,3週目の火曜日に行われ、1:00,2:00,3:00,4:00とクラスが分かれています。1:00～は初心者クラスとして主に文字入力の練習をします。後のクラスは初級A,B,Cとしてワードやエクセルを利用しチラシや表などの作成をしています。また、時期に合わせクリスマスカードや年賀状などの作成をすることもあります。「入力の上達がしたい」「久しぶりにパソコンを操作したい」「技術を学びたい」など目的はひとそれぞれです！得意ではない方も大丈夫！講師の先生が優しく楽しく教えてくれます。時間帯によって予約がすぐに埋まってしまうこともありますので、事前の予約をお願いします。



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。

