



7月のスケジュール！
七夕は晴れるかな？
夜空を眺めてみよう！



令和6年(2024年)7月号(No.183)

ういんぐ

夏の暑さに備えて、食べて、寝て、程よく体を動かして、熱中症予防をしていきましょう。



©Yoshimura

発行責任者：社会福祉法人練馬区社会福祉協議会 石神井障害者地域生活支援センターういんぐ 所長 益子憲明

石神井障害者地域生活支援センターういんぐは、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。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	正午～7:00(オ)		午前：相談(予約制) 正午～7:00(オ) 🕒 1:00～ パソコン教室①資料代50円 🕒 4:00～5:00 きれいにし隊！花組→P.2	(オ)なし 相談日(予約制)	(オ)なし 相談日(予約制)	正午～7:00(オ) 🕒 1:00～4:00 手話通訳者 🕒 1:00～1:45 卓球① 🕒 1:45～2:30 卓球②
7	8	9	10	11	12	13
正午～7:00(オ) 🕒 1:30～4:15 年金相談会(年金トータルサポート・コエ主催) 🕒 2:00～3:00	正午～7:00(オ) 🕒 2:00～4:00 夢見るカメレオン 体操プログラム→P.2		午前：相談(予約制) 正午～7:00(オ) 🕒 1:00～ パソコン教室②資料代50円 🕒 4:00～5:00 きれいにし隊！ポスター貼り隊	(オ)なし 相談日(予約制)	(オ)なし 相談日(予約制) 🕒 1:00～2:00 出張ういんぐ 関町「暑中見舞いを作ろう」→P.2	正午～7:00(オ) 🕒 1:00～4:00 手話通訳者
14	15	16	17	18	19	20
正午～7:00(オ) 🕒 10:00～11:30 サポーター養成講座 🕒 2:00～3:00 なでしこ会 →P.2	うみの日 		午前：相談(予約制) 正午～7:00(オ) 🕒 1:00～ パソコン教室③資料代50円 🕒 4:00～5:00 きれいにし隊！	(オ)なし 相談日(予約制)	(オ)なし 相談日(予約制)	正午～7:00(オ) 🕒 1:00～4:00 手話通訳者
21	22	23	24	25	26	27
館内清掃 	正午～7:00(オ) 🕒 1:30～3:30 つぼみの会 (高次脳機能障害者と家族の会)		午前：相談(予約制) 正午～7:00(オ) 🕒 4:00～5:00 きれいにし隊！ポスター貼り隊 トライアングル・ゼミ(合同)	(オ)なし 相談日(予約制)	(オ)なし 相談日(予約制) 🕒 1:00～2:00 出張ういんぐ 大泉「かき氷」→P.2 🕒 2:00～3:00	正午～7:00(オ) 🕒 1:00～4:00 手話通訳者 🕒 10:00～11:30 びあまっぴ 🕒 1:30～2:30 利用者懇談会
28	29	30	31			
正午～7:00(オ)	正午～7:00(オ) 🕒 2:00～3:00 茶道体験→P.4		午前：相談(予約制) 正午～7:00(オ) 🕒 4:00～5:00 きれいにし隊！	※ はお休みです。 ※(オ)はオープンスペースです。 ※出張ういんぐは、関町と大泉のポライティ・地域福祉推進コーナで行っています。		

※プログラムは予約制です。申し込みは前月の25日から、来所・電話・FAXのいずれかの方法でお申し込みください。

※プログラムにより初参加の人へお譲り頂けないかお願いする事もあります。

※令和6年度の手話による相談対応日は、奇数月は土曜日、偶数月は日曜日です。7月は土曜日です。

※感染症対策のため、来所時は手洗い、消毒、検温、食事は指定のスペースで黙食のご協力をお願いします。

※マスクの着用については、各自の判断をお願いします。



お知らせと報告

きれいにし隊！花組

6月5日(水)、天気にも恵まれ、多くのメンバーやボランティアと夏のお花の植え替えを行いました。

サルビアやダリアなど、カラフルな色のお花で花壇も色鮮やかな賑わいとなりました。ぜひういんぐにお越しの際には花壇もご覧くださいね！



ういんぐメンバーが写真を撮りました！



7月～9月のきれいにし隊の活動は、熱中症対策のため4時からとなります。時間にご注意ください。

お知らせ

なでしこ会

「押し花で作品づくり☆」

ボランティアに教えてもらいながら作品を作りましょう！

日時：7月14日(日) 2:00～3:00

場所：ういんぐ交流室

参加費：無料



ラジオ体操プログラム

「ラジオ体操 第1・第2」

映像を流しながら行います。初めての方、参加大歓迎です！！



日時：7月7日(日) 2:00～3:00

場所：ういんぐ交流室

定員：10名

体を動かしやすい服装でご参加ください。

出張ういんぐ関町

「暑中見舞いを作ろう」

日時：7月12日(金) 1:00～2:00

場所：関町ボランティア・地域福祉推進コーナー

練馬区関町北1-7-14 関町サウスポー1階

TEL: 03-3929-1467

参加費：無料



新聞紙やスタンプ、マスキングテープなどさまざまな材料を使って暑中見舞いを作りましょう♪

出張ういんぐ大泉

「かき氷！」

日時：7月26日(金) 1:00～2:00

場所：大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー

練馬区東大泉2-8-7パリスフォレスト3 101号

TEL: 03-3922-2422

参加費：100円 定員：6名(要予約)



「出張ういんぐ」にかき氷が帰ってきます！この暑い夏に、ひんやりかき氷で涼みませんか♪



しゅうへん ぼ きんぼこせ っ ちきょういよくてん ういんぐ周辺の募金箱設置協力店



～ういんぐ周辺で社協の募金箱設置にご協力いただいているお店をご紹介します！～



さくねんど ひ つつ こんかい しょうかい あかいちゃてん
昨年度に引き続き、今回ご紹介するのは「赤井茶店」さんです。
そうぎょう めいじ ねん なが しゃくじいちいき ちゃ ひろ
創業は明治40年、長くこの石神井地域にお茶を広めているお
みせ 店です。もともとはこの地域で栽培された茶葉の仕上げ工程をす
こうじょう けいせい はんばい
る工場も経営し、販売していたそうです。

みせ なか きゃく た よ はなし
店の中ではお客様が立ち寄ってお話
ができるようなスペースもあり、地域の人々
の憩いの場となっています。

いま じき しんちゃ
今の時期には「新茶」がおすすめとのこと。
またこれから暑くなる時期には「水出し茶」
もぴったりです。

お茶のほか、お茶に合うお菓子を多く取
り揃えており、甘いものからしょっぱいもの
まで、つい目移りしてしまうラインナップ！



げんざい だいめてんしゅ あかい ちゃ
現在4代目店主の赤井さんは、お茶にまつわる
資格もたくさんお持ちです。お茶を淹れる時のワン
ポイントアドバイスをお伺いしました。

あつ ゆ い しゅるい
「熱いお湯で淹れないこと！種類にもよりますが、
いちどゆの ゆ そそ きゅうす い なお
一度湯飲みにお湯を注いでから急須へ入れ直し、
70～80度ぐらいのお湯で淹れると渋み・苦味成分
が抑えられて、お茶がおいしく感じられます！」と
おし 教えていただきました。

ういんぐで人気の茶道体験プログラムの
お抹茶は赤井茶店さんで購入しています。

ういんぐからもすぐ近くですので是非お
立ち寄りくださいね！



あかいちゃてん
赤井茶店

★住所：石神井町7-2-7

★TEL:03-3904-1381

★営業時間：9:30～19:00

★定休日：日曜・祝日

3ページ目で紹介した赤井茶店さんのお抹茶を使用し、茶道の世界を楽しみませんか？

立礼式という、椅子に座りながら自分で点てたお茶をお菓子と一緒に召し上がれます。

ボランティアが優しく教えてくれるので、初心者の人
も安心して参加できます。

日 時：7月29日(月) 2:00~3:00

定 員：5名(先着順)

参加費：100円



※複数回参加経験がある人は、初めて参加する人へお譲りしていただくことがあります。



【オープンスペース】

安心して過ごせ、相談できる場です。自由に過ごしたり、他の人と交流することもできます。原則、練馬区在住の18歳以上の方が対象です。利用には登録(無料)が必要です。

【相談支援事業】

ういんぐでは、障害のある人や難病の人、家族が、生活のことや仕事のこと、対人関係の不安や悩み、困りごと等について相談いただくことができます。

また、福祉制度や福祉サービスのご案内、ご利用のための支援を関係機関と協力しながら行います。お気軽にご相談ください。

◆面接相談は事前予約が必要です。

◆電話相談は月・水・木・金：午前9:00~午後8:00、土・日：正午~午後8:00です。



▲「ういんぐ」ご利用にあたって▲

- ゴミはお持ち帰りください。
- 全館禁煙です。
- 施設周辺での喫煙もご遠慮ください。
- 身体の不自由な方を除き、車での来所はお控えください。
- 自転車は所定の駐輪場をご利用ください。
- 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。

★西武池袋線石神井公園駅より徒歩8分

石神井公園駅西口を出て左折し、高架沿いを道なりに進み、男女共同参画センターエーがある交差点を左折し、高架下をくぐり右折すると左手にレンガ色の建物(ういんぐ・石神井保健相談所)があります。

〒177-0041 東京都練馬区石神井町7-3-28

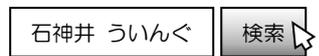
石神井保健相談所併設

TEL：03-3997-2181

FAX：03-3997-2182



ホームページ：



<https://www.neri-shakyu.com/department/wing>

石神井障害者地域生活支援センターういんぐ