

たけのこ

令和6年(2024年)2月号 No.243

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>

2月3日は節分、
2月4日は立春です。
春の始まりですね！

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。



2月のおすすめプログラム

外出プログラム

今回もオープンスペースで行先案を募集し、メンバーミーティングで話し合いながら詳細を決めてきました。

日時：2月25日(日) 午後2時～午後3時頃

- 外出先：田柄梅林公園～光が丘公園
 - 集合場所：現地集合またはきらら集合
- 詳しい集合場所や時間、内容についてはスタッフまでお問い合わせください。

花くらぶ

参加者は2時にきららに集合をお願いします。

- 2月6日(火) 午後2時～午後4時
活動場所：つつじ公園&中央通り
- 2月13日(火) 午後2時～午後4時
活動場所：練馬図書館
- 2月20日(火) 午後2時～午後4時
活動場所：練馬デイサービス
- 2月27日(火) 午後2時～午後4時
次年度に向けてのミーティング

昼食会

- 日時：2月9日(金) 正午～午後1時(カレー)
- 2月16日(金) 正午～午後1時(豚そぼろ)
- おいしいカレーと栄養たっぷりのアラカルト料理をボランティアのみなさんが作ってください
- まず、正午から8席、午後12時30分から7席分を提供しますので、ご都合の良い時間を選んでください。
- 事前予約をお願いします。



囲碁教室

- 日時：2月17日(土) 午後3時30分～午後5時
- 「囲碁は知っているけど…やったことはない」という人が多いかもしれませんが、囲碁は昔からあるゲームで、数多くの囲碁用語は「駄目、布石、捨て石、定石など」の日本語の慣用句としても定着しています。はじめての人でも丁寧に先生やメンバーが囲碁の打ち方を教えてくれます。少しでも興味があればぜひご参加ください。





2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。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。</p>						
4 正午~7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎1:30~4:15 年金相談会 (予約制/年金トータルサポート・コスモ主催)	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 (資料代50円) ◎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~1:00 昼食会 (カレー、参加費300円) ◎2:00~4:00 SST②	10 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ◎1:30~2:00 いきいき体操 ◎2:00~3:00 卓球① ◎3:00~4:00 卓球②
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 (資料代50円) ◎2:00~4:00 花くらぶ ◎3:00~3:30 街清掃 (さらに2時50分集合)	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 (しょうがたっぷり豚そば、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 (コミュニケーションゲーム)	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 (資料代50円) ◎2:00~4:00 花くらぶ	21 休み	22 (オ)なし 相談日(予約制)	23 天皇誕生日のため 休み 祝日	24 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ◎10:00~11:30 ぴあまっぴ ◎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頃 外出プログラム	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 花くらぶ	28 休み	29 (オ)なし 相談日(予約制)	<p>2月11日(日)と12日(月)は祝日/振替休日ですが、きららは開所しています。</p> 	

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。
- *様々な理由でマスクの着用、アルコール消毒ができない人がいます。ご理解ください。



【予告】トライアングル・ゼミ

大交流会
 日時: 3月1日(金) 午後2時~午後4時
 場所: 石神井障害者地域生活支援センターういんぐ
 就労に限らず、今の生活から一歩踏み出してみたいと思っている人を対象としたプログラムです。
 今回は1年間のプログラムの振り返りや参加者同士の交流を行います。
 令和5年4月~令和6年1月までに参加した人は、誰でも参加できます。
 ぜひご参加ください。



当事者会からのお知らせ

★ 1月14日(日)のミーティング報告★

《2月のホワイトボードテーマ》

バレンタインデー/節分、恵方巻、豆まき/うる
う年/建国記念日

《外出プログラム》

2月25日(日)に田柄梅林公園や光が丘公園
などを散策したり、身体を動かしたり、外で過
ごす内容になりました。

《クリスマスデイの振り返り》

アンケート内容を共有しました。

次回のメンバーミーティングは…

2月11日(日) 午後2時～午後3時

- 2月のホワイトボードのテーマ決め
- 外出プログラムの最終確認
- オープンきららについて
- 外出プログラムの最終確認を行いますので、参加希望の方はミーティングに参加してください。また、3月に予定しているオープンきららの内容について話し合います。

報告 クリスマス★デイ

日時：12月24日(日)午後1時～午後5時

今年度もメンバー同士で話し合い
ながら準備を進め、無事にクリスマ
スデイを開催することができました。
参加者からは「たくさん笑った」
「初めて参加したが楽しかった」という声
が聞かれました。
みなさんお疲れ様でした！！



大掃除・お疲れ様会

日時：12月26日(火)午後4時～午後5時

令和5年最後の開所日に、大掃除とお疲れ
様会をしました。みんなで分担してオープ
ンスペースや交流室の掃除をして、きれい
でさっぱり！その後は、白玉入りのお汁粉
を食べながら、みんなで1年を振り返り
ました。温かいお汁粉で心もほっとしま
した。

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。
- ごみはお持ち帰りください。
- 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。

