

「たけのこ」

2011年10月号 No.95

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 林 優子

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



練馬区社協キャラクター
ネリ

美味しい秋
みつけた！
ただいま満載
してまーす！



豊玉障害者地域生活支援センターきらら は、主に精神の病を持つ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。

10月のスケジュール表

日	月	火	水	木	金	土
※(オ)は、オープンスペースです。 ※プログラムの申込は毎月25日からです。 ※面接相談は、事前予約が必要です。 ※電話相談の時間帯 平日：午前10:00～午後7:00 木：10:00～正午、午後4:30～午後7:00 / 土・日：正午～午後7:00						1 (オ) 正午～7:00 いきいき体操 1:30～2:00 卓球 2:00～3:30
2 清掃のため 休み	3 相談日 (要予約) (オ)なし 就労実習体験 9:30～12:30	4 午前：面接相談 (オ) 正午～7:00 パソコン教室①1:00～5:00 (初心/初級 A・B/復習) 花くらぶ 2:00～4:00	5 休み	6 相談日 (要予約) (オ)なし	7 (オ) 正午～7:00 初めての SST I ①1:30～②2:30～	8 (オ) 正午～7:00 パソコン開放 2:00～4:00
9 (オ) 正午～7:00 【地域生活サポーター(ういんぐ)10:00～】 就労実習体験 2:00～4:00 Open WRAP 1:30～4:00	10 体育の日の ためお休み	11 午前：面接相談 (オ) 正午～7:00 パソコン教室②1:00～5:00 (初心/初級 A・B/復習) 花くらぶ 2:00～4:00	12 休み	13 相談日 (要予約) (オ)なし WRAP(予約固定) 1:30(受付)～4:00	14 (オ) 正午～7:00 正午～昼食会 初めての SST II ①1:30～②2:30～	15 (オ) 正午～7:00 茶道 2:00～3:00 読書会 3:30～4:30
16 (オ) 正午～7:00 男性料理教室 12:30～2:30 映画の日 2:30～	17 相談日 (要予約) (オ)なし	18 午前：面接相談 (オ) 正午～7:00 パソコン教室③1:00～5:00 (初心/初級 A・B/復習) 花くらぶ 2:00～4:00	19 休み	20 相談日 (要予約) (オ)なし 囲碁 4:30～5:30	21 (オ) 正午～7:00 正午～昼食会 初めての SST III ①1:30～②2:30～	22 (オ) 正午～7:00 パソコン開放 2:00～4:00 茶話会 4:00～
23 (オ)・電話相談なし グリーンフェスティバル光が丘	24 相談日 (要予約) (オ)なし	25 午前：面接相談 (オ) 正午～7:00 花くらぶ 2:00～4:00	26 休み	27 相談日(要予約) (オ)なし WRAP(予約固定) 1:30(受付)～4:00	28 (オ) 正午～7:00 トライアル・ゼミ (要予約)	29 (オ) 正午～7:00 栄養講座 2:00～4:00
30 (オ)なし 午後： MAP お披露目会・ 関係者交流会	31 相談日 (要予約) (オ)なし	23日(日)は、グリーンフェスティバル(光が丘にて)参加のため、オープンスペース・電話相談ともお休みになります。 30日(日)は、MAP お披露目会・関係者交流会(練馬区役所アトリウムにて開催)のため、オープンスペースはお休みになります。場所時間など、詳しくはお問い合わせください。 みなさま、ぜひ会場に足をお運びください!!				

情報アラカルト

たけのこの表紙は食欲の秋ですが、情報アラカルトは芸術の秋。
心の病に関連する本や映画をご紹介します！

◎『人生、ここにあり！』（映画）2008年イタリア

2011年7月から、現在日本で公開中。実話をもとに製作されています。

あらすじ：時は1983年のミラノ。1978年精神科病院をなくすことを目指した「バザリア法」によって、入院していた人々が地域で生活を始めていました…。合言葉は「やればできるさ！」

◎『閉鎖病棟』（小説）帯木蓬生著・新潮社(1997年)

著者はミステリー作家で、現役の精神科医。とある地方の精神科病棟を舞台にした物語。

ひとりひとりの患者が心をもって描かれた人間ドラマ。残りのページが薄くなるとともに主人公たちへの共感も厚くなり、ページが終わり閉じた時の感動。『いのちの海』（1999年）という題で映画化もされました。

◎『わが家の母はビョーキです』（漫画）中村ユキ著・サンマーク出版（2008年）

著者の母親が病気になったのは4歳の時。統合失調症について何も知らなかった頃から始まるコミックエッセイ。ケンカしたり、死んでしまおうかと考えたり、そんな繰り返しの中、統合失調症とはどのような病気なのか、どのように回復するのか、当事者はどのような思いを抱えているのかを、ぶつかり合いながらも家族の視点から書かれた本作。続編『わが家の母はビョーキです2』もあります。支援センターも登場！

手帳を持って出かけよう！



第1回



いつの間にかやすすっかり秋。「寒くなると調子が悪くなって家にこもっちゃう」という声、きららでもよく耳にします。そこで今回の新企画。きららで最も所持する方の多い「精神障害者保健福祉手帳」を使った、キャッチーでタイムリーなお出かけプランをご紹介します。きっと何か収穫がありますよ！

モダン・アート、アメリカン・珠玉のフィリップス・コレクション

■会期・開館時間

H23年9月28日～12月12日

※10:00～18:00 ※休館日火曜日

■会場

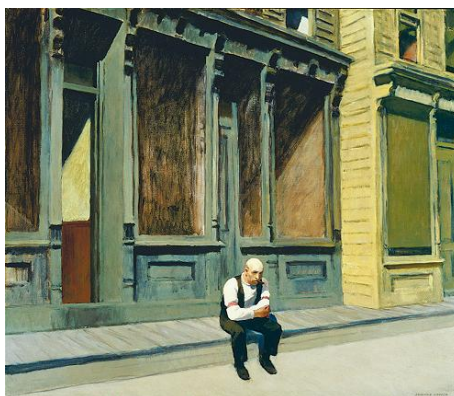
国立新美術館

都営大江戸線六本木駅徒歩4分

■観覧料

(一般) 1500円

(手帳) 障害者手帳をお持ちの方と
その付添1名まで無料。



エドワード・ホッパー『日曜日』1926年 D.R.© The Phillips Collection, Washington, D.C.

当時の評価によらず自らの審美眼で作品を収集したフィリップス夫妻の美術コレクションが110点並びます。皆さんは、どの作品に惹かれるでしょうか。



練馬からのアクセス

練馬一六本木

※都営大江戸線で30分

男性料理教室

8月21日(日)に開催された、男性料理教室・通称『男メシ!』は、総員13名。新たな加入者も一丸となって、夏の定番「冷やし中華」を作りあげた。

平日頃から念入りな男達は、極丁寧な仕上げをもつ。12時半から教室が開始されても、箸をつけるのは2時だった。

これまでの調理時間に、いよいよおなかの減りに黙っちゃいられぬ男達。されど男。男は黙ってテキパキと調理をすすめ、1時半には仕上がっていた。

これを男メシの今までの成果と言わずなんと云おう?

花くらぶが大切にベランダで育てたミントをメンバーが摘み、緑鮮やかにミントが添えられたヨーグルトデザートを胃袋に流し込むかの如く食べた。進化・男達・男メシ。次月また。

花くらぶ情報!

千川通りプランターに植樹しました

新しく「きらら花くらぶ」でお世話する千川通りの11基のプランターに、馬酔木(あせび)を植えました。この名の由来は、馬が枝葉を食べると酔って足が萎えることからだそうです。3月中旬から4



月にかけて、白かピンクの花が咲きます。このプランターの馬酔木は、何色の花が咲くのか楽しみですね♡

10月に花も植える予定です。

←馬酔木の花が咲いたら?お楽しみに

WRAP と OpenWRAP の



お知らせ



4月より月に2回木曜日に開催していたWRAPが、9月より固定メンバーの4か月クールにて行われます。

WRAPに興味ある方、初体験の方は、**10月9日(日)、12月25日(日)**開催予定の**オープンWRAP**にご参加ください。こちらの回は、どなたでも参加できます。詳細はスタッフまで。



レディース・デイ

9月10日(土)は3D アート&ツールペイントのインストラクター桂ひろみ先生をお招きして、「ステンシルで描くメモボード」を作りました。メンバー6名とボランティアとして先生の教室の生徒さん4名、スタッフ2名が加わり総勢12名で、桂先生のご指導のもとボランティアさんも親切丁寧に教えて下さり、きれいな色のメモボードが12枚出来上がりました。黄色の「HOME SWEET HOME」の文字と森に囲まれた赤い屋根のおうちがとてもかわいらしいメモボードです!!

参加メンバーから、「きれいなお花の写真を貼ろうかな」「思い出の写真を貼ろうかな」「大切な約束メモを貼ったり、お料理のレシピを貼ろう」との感想が聞かれました。

きららの台所に実物が飾ってあるので、お茶を飲む時にご覧になってみて下さい。



8月茶話会報告

降ったりやんだりの雨の中行われた8月20日の茶話会。17名ものメンバーが参加し情報共有を行いました。9月の予定として、きららの運営について話し合う「第三者委員会」の告知、石薬師市出店のお知らせなどをさせていただきました。

きららでは、大泉病院、陽和病院等へ入院中の皆さんを定期的に昼食会にお招きしています。地域生活の第一歩目として病院からきららへの長時間の移動やきららでの食事を体験される方にとり、きららメンバーの皆さんとの交流はきっと有意義なものになるのではないのでしょうか。あたたかく気さくに迎えてたいですね、という話がされました。



映画の日『幕末太陽傳』

10/16 14:00~

落語の世界観のもとに、幕末の志士が縦横無尽に駆け回る。約50年前の作品だが、今も映画マニアの若い衆を虜にしている。1957年作・フランキー堺主演。

赤い羽根共同募金のご協力をお願い

10月1日から、全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まります！



共同募金とは？

終戦直後、戦争で打撃を受けた福祉施設を中心とした資金援助活動として、市民の主体的な取り組みとして始まりました。現在はおもに、さまざまな地域福祉の課題解決に取り組む、民間団体を支援するために募金が使われています。

皆さまの「たすけあい精神」に支えられる共同募金運動にご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。

例えばどんなことに使われていますか？

配分
ベスト3

- ①地域の福祉団体の活動支援
- ②作業所をより充実させるための支援（物品の購入など）
- ③保育所などの遊具の整備



最近まちで見かけるようになった
AED 機器の設置や、使用法普及
のための講習もやってるよ

震災の復興支援に
も充てられるよ！



練馬区社会福祉協議会では、
街頭募金活動を今月行います！
ご協力お願いします！

■10月の掲示版■

- ・16日（日）男性料理教室 メニュー『なすと豚肉の味噌炒め』
- ・16日（日）映画の日上映作品『幕末太陽傳』
- ・20日（木）囲碁教室
- ・21日（金）昼食会 メニュー『高野豆腐の肉詰め煮・ほか』
- ・23日（日）グリーンフェスティバル
- ・28日（金）10:00~12:00

トライアルゼミ就労準備グループ(企業見学)

今月のトライアルゼミは企業見学のため、10月14日
までの予約申し込み制となります

- ・29日（土）14:00~16:00 栄養講座
- ・30日（日）午後：MAP お披露目・関係者交流会

23日はオープンスペース・電話相談ともお休みになります

30日はオープンスペースはお休みになります

◎WRAP（木曜日・予約固定） 13日・27日

オープンWRAP（隔月日曜日・予約自由参加） 9日

その他プログラムは1面でご確認ください

◎就労実習体験

- ・4日（月）練馬デイサービスセンター
- ・9日（日）西友LIVIN

→詳しくはスタッフへお問い合わせください

アティオス!



豊玉障害者地域生活支援センターきらら☆案内



- 西武池袋線練馬駅中央口下車徒歩5分
 - 都営地下鉄大江戸線練馬駅A1出口下車 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