



4月のスケジュール！  
春ははじまりの季節です！

# あずらん

しんねんど  
新年度のスタートです！  
はる まんきつ  
春を満喫しましょう。  
どこかに出かけてみるの  
もいいですね！



平成30年(2018年)4月号(No.108)

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 出口育代

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  | 7   |
| しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 1:15～<br>ねんきんそうだんかい<br>年金相談会                           | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 2:00～4:00<br>ゆめみ<br>夢見るカメレオン<br>(予約制)                 | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 1:00～<br>きょうしつ さんかひ えん<br>パソコン教室①(参加費50円)<br>🕒 2:00～3:30<br>きれいにし隊！花組  | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 1:00～<br>きょうしつ さんかひ えん<br>パソコン教室①(参加費50円)<br>🕒 2:00～3:30<br>きれいにし隊！花組 | (オ)なし<br>相談日<br>(予約制) | (オ)なし<br>相談日(予約制)  | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 2:00～3:00<br>たつきゅう<br>卓球  |
| しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 10:00～正午<br>ホ-ター養成講座<br>🕒 2:00～3:30<br>あるたい<br>歩き隊！→P2 | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 2:00～4:00<br>えいがかい<br>映画会<br>『メアリと魔女<br>まじよ<br>の花』→P2 | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 1:00～<br>きょうしつ さんかひ えん<br>パソコン教室②(参加費50円)<br>🕒 2:00～3:00<br>きれいにし隊！  | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 1:00～<br>きょうしつ さんかひ えん<br>パソコン教室②(参加費50円)<br>🕒 2:00～3:00<br>きれいにし隊！   | (オ)なし<br>相談日<br>(予約制) | (オ)なし<br>相談日(予約制)<br>🕒 1:00～3:00<br>しゅつちやう<br>出張ういんぐ<br>関町→P2                                  | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 3:30～5:00<br>IMR  |
| しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 2:00～3:30<br>そうさく ひ<br>創作の日                            | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 2:00～3:00<br>さどうたいけん<br>茶道体験<br>さんかひ えん<br>(参加費100円)  | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 1:00～<br>きょうしつ さんかひ えん<br>パソコン教室③(参加費50円)<br>🕒 2:00～3:00<br>きれいにし隊！  | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 1:00～<br>きょうしつ さんかひ えん<br>パソコン教室③(参加費50円)<br>🕒 2:00～3:00<br>きれいにし隊！   | (オ)なし<br>相談日<br>(予約制) | (オ)なし<br>相談日(予約制)  | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 3:30～5:00<br>IMR  |
| しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 2:00～3:00<br>なでしこ会→P2<br>🕒 5:30～6:30<br>もち寄り夕食会        | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 1:30～3:30<br>つぼみの会                                    | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 2:00～3:00<br>きれいにし隊！   | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>ごぜん そうだん よやくせい<br>午前：相談(予約制)<br>🕒 2:00～3:00<br>きれいにし隊！  | (オ)なし<br>相談日<br>(予約制) | (オ)なし<br>相談日(予約制)<br>🕒 1:00～3:00<br>しゅつちやう<br>出張ういんぐ<br>おおいすみ<br>大泉→P2<br>さんかひ えん<br>(参加費100円) | しょうご<br>正午～7:00(オ)<br>🕒 10:00～正午<br>ぴあまっぴ<br>🕒 1:30～2:30<br>りようしゃこんだんかい<br>利用者懇談会<br>🕒 3:30～5:00<br>IMR |
| 29<br><br>しょうわ ひ<br>昭和の日   | しょうご<br>正午～7:00(オ)  | ※  はお休みです。★プログラムの申込みは前月の25日からです。<br>※ (オ) はオープンスペースです。<br>※ IMRは「リハビリと病気の自己管理」です。<br>※ 出張ういんぐは関町と大泉のホ-テ-・地域福祉推進J-ナ-で行っています。<br>※ 『つぼみの会』は高次脳機能障害者と家族の会です。<br>※ 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。 |   |                       |  |   |

◆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。  
◆面接相談は事前予約が必要です。オープンスペースの時間に随時相談できます。スタッフにお声かけください。

# ～おしらせ～

## ☆映画会のお知らせ☆

今月は…『メアリと魔女の花』です。

日時: 4月9日(月) 2:00~4:00

場所: ういんぐ交流室

### 今回の映画の見どころは…!?

無邪気で不器用な少女メアリは、森で7年に1度しか咲かない不思議な花“夜間飛行”を見つける。この花は、魔女の国から盗み出された禁断の花だった。一夜限りの不思議な力を得たメアリは、魔法大学“エンドア”への入学を許されるが、あるうそをついたことから大事件に発展してしまい……。

## ♪なでしこ会報告&おしらせ

2月のなでしこ会はボランティアを含めて5名の参加でした。「思い出の歌を持ち寄りましょう」という内容で、みんなで歌った曲は14曲! 「キラキラ/手をたたけ/花唄/365日の紙飛行機/翼をください」などなど♪自分を勇気づける歌が多かったように思います。それぞれの選曲理由も話し、そのエピソードに共感したり、感動したり、若返ったり!! 楽しいゆったりした時間をみんなで過ごしました。



### 次回のなでしこ会

日時: 4月22日(日) 2時~3時

場所: ういんぐ交流室

内容: 「身のまわりの紙を使って袋を作ろう！」

出張ういんぐ・関町 ☎03-3929-1467

場所: 関町ボランティア・地域福祉推進コナ

日時: 4月13日(金) 1:00~3:00

(毎月第2金曜日)

費用: 無料

『音楽で春を感じよう♪』



出張ういんぐ・大泉 ☎03-3922-2422

場所: 大泉ボランティア・地域福祉推進コナ

日時: 4月27日(金) 1:00~3:00

(毎月第4金曜日)

費用: 100円

『広島風お好み焼きを作ろう♪』



## 4月の歩き隊は、お花見に行きます♪

日時: 4月8日(日) 2:00~3:30

場所: 松の風文化公園

桜が見頃の季節になりました。

みんなで桜をゆっくり見て、春の気分を味わいましょう。



今年はどうな桜が見られるかな?

## お知らせ

練馬区で生活保護を受給されている方は、ういんぐ通所時の交通費が支給されます。詳しくは福祉事務所の担当ケースワーカーにお問い合わせください。

## ポスターおつかれさま会&ポスター貼り隊！募集

2/28(水)、ポスター貼り隊！のお疲れさまでした会を行いました。日頃、ポスター貼りに参加してくださった方を対象に、お菓子とジュースを準備し意見交換と茶話会を行いました。皆さんからは『画びょうを新しいものに変えて欲しい』、『冬場の時間帯は、日中にポスター貼りに行くことをこのまま固定して欲しい』など、様々な意見をお聞きすることが出来ました。ポスター貼りのプログラムは、毎月2回ほど行っています。町会の方が、ポスターを持ってきてくださり、その後職員で掲示板のポスターを整理してから行っています。また開催日や時間帯は、具体的に決まっておられません。ポスターが町会から届くのが不定期の為、具体的に日程を決めることができない為です。という訳で、ポスター貼り隊！は、突然開催する突発プログラムでもあり、また1度でも参加して下さった方には、ポスターお疲れさま会にも参加することが出来ますので、まだ参加したことのない方は、ぜひ、ポスター貼り隊！に参加してみてください！！



## \*ボランティア感謝のつどい\*

3/16(金) ボランティア感謝のつどいを行いました。参加者は、19名で、日頃からプログラムと一緒に参加したり、ういんぐの運営に協力をしてくれている方々をお招きし、メンバーと一緒に感謝の気持ちを伝えました。メンバーからは歌やメッセージをプレゼント。近くの作業所のお菓子とお茶をいただきながら、ボランティア同士の楽しい交流の場にもなりました。



## ♪夕食会のご報告とお知らせ♪

3月の夕食会では韓国家庭料理「チヂミとキムチチゲ」を作りました。ういんぐでは本格的な韓国料理は初めてのチャレンジでした！野菜たっぷりのもちもちチヂミを、3台のホットプレートでフル稼働し50枚以上焼き上げました。キムチチゲにはたっぷりのお野菜とキムチ、コチュジャンを入れ辛くて美味しい鍋に仕上げました。その他にはニンジンと春菊のナムル、フルーツヨーグルトを頂き、辛くて美味しい韓国家庭料理を堪能しました。



## ☆4月は持ち寄り夕食会☆

4月22日(日) 17:30~  
各自で夕食を準備して頂き、持ち寄って頂きます。お味噌汁はういんぐで調理致します。

## 就労プログラムのご報告！

ういんぐでは毎回講師をお招きし、他の就労支援機関と連携しながら進めています。第6回では総合キャリアトラスト SAKURA池袋・杉並・新宿センターの指導員さんにご協力頂き、「面接ルールプレイ」をテキストと実践、グループワークを交えながら行いました。

参加者は講師の方々と一緒に実際に席を立ち、分離礼やあいさつを体験しました。グループワークでは面接官の質問にどのように答えていくのかを、グループで考えまとめ、発表しました。参加者からは一人ではなくグループで行うことで落ち着いて取り組むことが出来たとの感想が挙げられていました。今後も就職について皆さんと一緒に考えていく企画を考えていきます。



# つぼみの会学習会のご報告

2月26日(月)につぼみの会学習会を行いました。今回は講師に中村橋福祉ケアセンター(心身障害者福祉センター)の中村哲治先生をお招きし、「高次脳機能障害。周囲の理解が一番の支援～緩やかな回復、寄り添う支援～」というテーマで学習会を行いました。

講義の中では、高次脳機能障害の特徴として外見上はわかりにくいことや、入院中や診察場面より、在宅生活再開後(仕事、生活場面、交通機関利用)に出現することもあることを学びました。また、ご本人も障害を認識できていないことが多く、周囲の方から誤解を受けやすいことから人間関係でのトラブルを繰り返すなどの多くの困難を抱えていることも伺いました。しかしながら高次脳機能障害は緩やかに回復していく障害であり、そのために家族支援も必要であることを学びました。

参加された方からは「ゆるやかに回復していくのが高次脳機能障害と伺い、困ったことばかりに自分の気持ちが向いていたなと思った。」「18年間大変であったが、できるようになったことなどを一緒に喜んであげることが大切だと思った。」などの感想をいただきました。



★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、線路沿いを道なりに進み、男女共同参画センターえーる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 練馬区石神井町7-3-28 1階

(併設：石神井保健相談所)

TEL：03-3997-2181

FAX：03-3997-2182

ホームページ：

<http://www.neri-shakyo.com/index.php/service/wing/>

石神井障害者地域生活支援センターういんぐ

