

石神井障害者地域生活支援センターういんぐの プログラム・イベント

ここで紹介するのは、年間で企画しているプログラムなどの一部です。
日時などの詳細は、毎月発行している広報誌「すずらん」をご覧ください。

 は、初めてのプログラム参加にオススメのプログラムです。



鎌倉区社協キャラクター

ネリ 

ていれい 定例プログラム

きれいにし隊！

花壇の世話や室内清掃、町会ポスター貼りなどを行います。12月の最終水曜日は「大きれいにし隊！」と題し、大掃除を行います。

第1水曜日 花組

毎週水曜日 第2・4水曜日 ポスター貼り

第3水曜日 きれいにし隊

パソコン教室

専門のインストラクターの先生がパソコンの操作やWord、Excelを教えてくださいます。

毎月第1～3水曜日（全3回）

（13時、14時、15時、16時のクラスから1クラスを選んで参加）

参加費 各回50円

出張ういんぐ

関町と大泉のボランティア・地域福祉推進コーナーで行うプログラムです。外出、創作活動、ゲームなど様々なプログラムを行います。

関町：毎月第2金曜日

大泉：毎月第4金曜日

茶道体験

椅子に座って行う立礼式で茶道体験をします。作法はボランティアさんに教えていただきます。

5月、7月、9月、11月、1月、3月

開催予定

参加費 1回100円



歩き隊！

ういんぐ近隣を散策します。

4月、5月、10月、11月、1月、3月

開催予定



体操プログラム

室内で身体を動かすプログラムです。

6月、7月、8月、9月、12月、2月

開催予定

リカバリープログラム^{スタート}START

さまざまな^{さまざま} 学習^{がくしゅう}を通して、参加者^{さんかしゃ}同士の経験^{けいけん}や知識^{ちしき}を共有^{きょうゆう}し、自分自身^{じぶんじしん}が望む^{のぞ}「リカバリー（回復）^{かいふく}」を目指すプログラムです。

ねん かい かいさいよてい
年5回 開催予定

夕食会^{ゆうしょくかい}

みんなで調理^{ちようり}しながら、栄養^{えいよう}について学び、一緒に夕食^{いっしょ ゆうしょく}を食べるプログラムです。

4月、6月、8月、10月、12月、2月
かいさいよてい
開催予定

さん かひ
参加費あり



みんなドラマ・夢見るカメレオン^{ゆめ み}

みんなドラマでは専門^{せんもん}の先生^{せんせい}をお呼びし、「心理劇^{しんりげき}」を行います。初めて^{はじめて}の方はみんなドラマからご参加^{さんか}ください。

みんなドラマ 開催
かいさい
4月、6月、8月、10月、12月、2月
ゆめみ かいさい
夢見るカメレオン 開催
5月、7月、9月、11月、1月、3月

なでしこ会^{かい}

女性^{じよせい}のみで集まり^{あつ}、テーマに沿った話し合い^{はな}や外出^{がいしゅつ}、創作活動^{そうさくかつどう}などを行うプログラムです。

5月、7月、9月、11月、1月、3月
かいさい
開催



卓球^{たっきゅう}

参加^{さんか}したメンバーで好きな音楽^{おんがく}を聴きながら、身体^{からだ}を動かしてラリー^{うご}を楽しむプログラムです。45分入替制^{ふんいれかえせい}で、第1部^{だい ぶ}と第2部^{だい ぶ}で開催^{かい}しています。

まいつきだい どうようび かいさい
毎月第1土曜日 開催



利用者懇談会^{りようしゃこんだんかい}

ういんぐについての意見^{いけん}・要望^{ようぼう}、メンバー同士^{どうし}での意見交換^{いけんこうかん}・情報交換^{じょうほうこうかん}や近況報告^{きんきょうほうこく}などを行います。

まいつきさいしゅうとようび かいさい
毎月最終土曜日 開催

創作の日^{そうさく ひ}

みんなで集まって創作活動^{そうさくかつどう}を行う時間^{おこな}です。

4月、6月、8月、10月、12月、2月
かいさい
開催



トライアングル・ゼミ

就労準備^{しゅうろうじゆんび}や様々な社会活動^{しゃかいかつどう}について学び合うプログラムです。3部署^{ぶしょ}（きらら・ういんぐ・レインボーワーク）合同^{ごうどう}とういんぐ単独^{たんどく}のプログラムがあります。

ごうどう ねん かい かいさい
合同：年5回 開催
たんどく ねん かい かいさい
単独：年4回 開催

かいご 介護のつどい

「かいご」をテーマに話し合ったり、がくしゅうをするプログラムです。いまげんざいかいごも参加できます。

ねん かい かいさいよてい
年5回 開催予定



ぎょうじ 行事・イベントなど

えーるフェスタ

ういんぐの活動紹介を男女共同参画センターえーるに展示します。
うけつけ 受付などをメンバーと共にお手伝いします。

ちゅうじゅんかいさい
6月中旬 開催

たなばたさかさ づく 七夕笹飾り作り

ちいき かた いっしょ ささかさ づく
地域の方と一緒に笹飾りを作ります。
たんざく ねが ごと か
短冊に願い事を書きましょう。

げじゅん じょうじゅんかいさいよてい
6月下旬～7月上旬 開催予定



とうろうなが ゆう 灯籠流しのタベ

しゃくじいこうえん おこな とうろうなが
石神井公園で行われる灯籠流しにみんなで参加しに行きます。
とうろう えつ
灯籠に絵付けをしましょう。

じょうじゅんかいさいよてい
8月上旬 開催予定

きょうしつ スマホ教室

そうさほうほう べんり きのう あんぜん つか
スマホの操作方法や便利な機能や安全な使い方について学習します。

ごろ かいさいよてい
9月頃 開催予定



せいしんほけんふくしこうざ 精神保健福祉講座

くみんむ
区民向け

くみん たいしょう せいしんしょうがい りかい
区民を対象に、精神障害についての理解
そくしん けいはつ おこな こうざ
促進・啓発を行う講座です。

あき ふゆごろ かいさいよてい
秋～冬頃 開催予定



くみんむ
区民向け

せいしんほけんふくし こうざ 精神保健福祉ボランティア講座

ボランティアに関心をもっている区民を対象
に精神障害やボランティア、ういんぐについて紹介する講座です。

あき ふゆごろ かいさいよてい
秋～冬頃 開催予定

ぼうさい 防災プログラム

さいがいじ そな ひなんじょ かくにん ぼうさい
災害時に備え、避難所を確認したり、防災の
ちしき まな 知識を学ぶプログラムです。

9月、3月 かいさいよてい
開催予定



しやくじい チルコロ石神井

しやくじいこうえんしょうてんがいしんこうくみあい しゅさい ちいき
石神井公園商店街振興組合が主催する地域のおまつりです。

ういんぐは子ども向けのゲームを出店しています。

ねん かい げじゅん げじゅん かいさい
年2回（10月下旬、3月下旬）開催

かい クリスマス会

クリスマスのレクリエーションを行います。

12月 げじゅん かいさいよてい
下旬 開催予定

さんかひ
参加費あり



こくさいこうりゅう 国際交流

がいこく ぶんか しょうかい
外国とゆかりのあるゲストをお招きし、外国
の文化などをご紹介します。

だんじょきょうどうさんかく きょうさい
男女共同参画センターえーと共催です。

2月 かいさいよてい
開催予定

かんしゃ ボランティア感謝のつどい

ひころ かつどう
日頃ボランティアとしてういんぐの活動にご
きょうりょく ちいき かんしゃ
協力いただいている地域みなさんに感謝
の気持ちを伝える会です。

3月 かいさいよてい
開催予定



◆プログラムは予約制です。ぜんげつ 25日 まで 申し込みができます。
申し込みはもう 窓口、電話、FAXで受け付けています。FAXは、開所時間内
の送信にご協力をお願いします。（開所時間はすずらんにてご確認ください）

◆区民向け 以外のプログラム参加には、ういんぐへの登録が必要です。

◆当日来所されなかった場合は、自動的にキャンセルとなります。

◆内容及び開催時期は、変更になる場合がございます。

しやくじいしょうがいしゃちいきせいかつしえん
石神井障害者地域生活支援センター ういんぐ