

# たけのこ

令和3年(2021年)7月号 No.212

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/>

7月においしい旬の食べ物  
 なす とうもろこし  
 メロン すいか  
 他にもたくさんあります！



練馬区社会福祉協議会キャラクター  
ネリ

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。

## 7月のプログラム



### パソコン教室

日時：7月6日・13日・20日（火）

- ☆初心者クラス 午後1時～午後2時
- ☆初級Aクラス 午後2時～午後3時
- ☆初級Bクラス 午後3時～午後4時
- ☆初級Cクラス 午後4時～午後5時

先生が丁寧に教えてくださいます。パソコン教室で作った作品をオープンスペースに展示しています。教室に興味を持たれた方はお問い合わせください。

### SST（社会生活スキルトレーニング）

日時：7月2日・9日・16日（金）午後2時～3時

社会生活を送るうえで必要なスキルの中でも、特に「対人関係について練習する」プログラムです。「トレーニング」ですので、必ず「目標」を設定して練習に取り組みます。目標はスタッフとの面談を通して、その人の「希望する生活」を一緒に確認しながら決めていきます。プログラムはグループで行いますが、スタッフとの面談時などに個人でSSTを行うこともできますのでお問い合わせください。

### 花くらぶ

7月の花くらぶは午後3時開始です！

- 7月6日（火）午後3時～午後4時  
活動場所：つつじ公園
- 7月13日（火）午後3時～午後4時  
活動場所：図書館（2か所）
- 7月20日（火）午後3時～午後4時  
活動場所：練馬デイサービス
- 7月27日（火）自主活動

\*ベランダや各花壇などで活動します

### 音楽を語る会

日時：7月18日（日）午後2時～午後3時

思い出の曲やお気に入りの曲を持ち寄って、参加者全員で鑑賞します。懐かしい曲や初めて聴く曲との出会いがあるかもしれません♪  
 音楽は各自CDでご準備ください。

オープンスペースにあるCDを利用していただくことも可能です。





# 7月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
▼(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。▼プログラムの申し込みは前月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。				1 (オ)なし 相談日(予約制)	2 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:00 SST①	3 正午~7:00(オ) ◎1:30~2:00 いきいき体操 ◎2:00~3:00 卓球① ◎3:00~4:00 卓球②
4 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可	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 ◎3:00~4:00 花くらぶ	7 休み	8 (オ)なし 相談日(予約制)	9 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:00 SST②	10 正午~7:00(オ)
11 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ◎10:00~11:00 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 ◎3:00~4:00 花くらぶ	14 休み	15 (オ)なし 相談日(予約制)	16 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:00 SST③	17 正午~7:00(オ) ◎4:30~5:30 囲碁教室
18 1:00~4:00 手話相談可 ◎2:00~3:00 音楽を語る会	19 (オ)なし 相談日(予約制)	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 ◎3:00~4:00 花くらぶ	21 休み	22 海のひ 休み	23 スポーツのひ 休み	24 正午~7:00(オ) ◎10:00~11:00 ぴあまっぴ ◎1:00~1:30 茶話会①
25 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ★クリーン作戦 ◎1:00~1:30 茶話会②	26 (オ)なし 相談日(予約制)	27 午前:相談日(予約制) 正午~7:00(オ) ★花くらぶ(自主活動)	28 休み	29 (オ)なし 相談日(予約制)	30 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:00 トライアル・ゼミ 「就労のために必要な準備について」	31 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:00 栄養講座

パソコン教室  
資料代  
各50円

## お知らせ

### オープンスペースの利用について

引き続き、感染予防にご協力をお願いいたします。

- ・利用は2時間、定員は15名です。
- ・手洗い、消毒、検温を行ってください。
- ・マスクを着用してください。
- ・食事はお控えください。
- ・体調不良の場合も、利用をお控えください。

ご協力よろしくお願ひします。

### 熱中症の予防について

今年もマスクのほすせない猛暑がやっできます。コロナ感染に加え、熱中症予防の対策も必要となります。

- ・飲み物はいつも持ち歩き、水分だけでなくスポーツドリンクや塩あめなど、程よい塩分補給を忘れずに
- ・帽子や日傘などで日差しを避け、休憩をこまめに
- ・我慢はせずに室内を適度に涼しく
- ・冷却グッズ(冷却スカーフ、アイスノン、吸湿性や速乾性のある下着など)をうまく使いながら、暑い夏を元気に乗り切りましょう

### 納涼祭の中止について

例年、盛況の納涼祭ですが今年も残念ながら中止となりました。これまで商店会の人と一緒に氷の販売をしてきました。来年こそは楽しく参加できる状況になっていて欲しいと願っています☆

# 当事者会からのお知らせ

## ★6月13日(日)のミーティング報告★

6月のミーティングは「新名称決め」と「お試し朗読会」を行いました。朗読会では、それぞれが読みたい文を持参し声に出してみんなの前で読みました。詩や、絵本、歌詞等持ち寄った文のジャンルは様々。最初は緊張感もありましたが、素敵な文や声に癒されてとても心地よい時間を過ごしました。参加者からは「会話とは違う人の声をじっくり聴けて良かった」「感情やあたたかさが声から伝わった」という感想がありました。

## 当事者会ミーティングの新名称決定！！

ミーティングの名称について、6月のミーティング内で決選投票を行いました。その結果、新しい名称は「メンバーミーティング」に決まりました👏👏

次回のメンバーミーティングは…

### 7月11日(日) 2時～3時

テーマは…

「朗読会の振り返り」

「みんなで話そう～夏をのりきる対策～」



## 練馬区社会福祉協議会 会員募集！

会員は、練馬区社協が取り組む地域福祉を推進する活動にご賛同いただき、社協を支え、応援して下さる方々です。

会員のみなさんには、年会費の納入をお願いしています。それを財源として、誰もが安心して暮らせる地域づくりを実現できるよう様々な活動を行っています。

みなさんのご支援をお待ちしております。



練馬区社協の会員を  
大募集中です！  
福祉のまちづくりに  
ご協力ください。

## 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

※駐車場は緊急車両専用のため車でのご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

### 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。

