

# たけのこ

令和2年(2020年)9月号 No.202

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 <http://www.neri-shakyo.com/department/kirara>



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。

## プログラムについて

- ◆全てのプログラムが予約制(定員あり)となります。参加を希望される方は必ず事前に予約をお願いします。
- ◆換気や消毒のため、時間を短縮して行うプログラムもあります。
- ◆延期や中止の場合は練馬区社会福祉協議会のホームページでお知らせいたします。



## 茶話会 ※飲み物は各自でお持ちください。

①9月26日(土) ②9月27日(日) 1時～1時30分

《定員：各10名・事前予約制》

密を避けるため8月よりしばらくの間は2日間に分けて開催します。茶話会中のオープンスペースについては茶話会予約者のみの利用となります。ご協力をお願いします。

## トライアル・ゼミ

9月25日(金)2時～

9月のトラゼミはレインボーワークの障害者就労支援月間講演会に参加します。講演会は『さまざまな働き方』について、就労移行・特

例子会社の方からお話を伺います。事前予約など、詳しくはお問い合わせください。

## パソコン教室 資料代 各50円

9月1日・8日・15日(火) 1時/2時/3時/4時

現在は1時から1時間ごとの4クラスとも40分間の授業時間、残りの20分で消毒を徹底して行っています。1時の初心者クラス以外はひと月3回の続きものですが、体調が良くないときには思い切って休んでくださいね。

## 花くらぶ 毎週火曜日 3時～4時

9月の花くらぶは、密を防ぐため現地集合・現地解散となります。また、参加人数把握のため必ず事前予約をお願いします。参加希望の方は暑さ対策のため、帽子や飲み物の持参もお願いします。十分な予防をしながら安心安全に花くらぶ活動を楽しめるよう、ご協力をお願いします。



# 9月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> <small>ごぜん</small> 午前：相談日(予約制) <small>しょうご</small> 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	<b>2</b> <small>やす</small> 休み	<b>3</b> (オ)なし <small>しょうご</small> 相談日(予約制)	<b>4</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:00 SST①	<b>5</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可
<b>6</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ)	<b>7</b> (オ)なし <small>しょうご</small> 相談日(予約制)	<b>8</b> <small>ごぜん</small> 午前：相談日(予約制) <small>しょうご</small> 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	<b>9</b> <small>やす</small> 休み	<b>10</b> (オ)なし <small>しょうご</small> 相談日(予約制)	<b>11</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:00 SST②	<b>12</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎2:00～4:00 パソコン開放
<b>13</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎10:00～11:00 サポーター養成講座 (ういんぐ)	<b>14</b> (オ)なし <small>しょうご</small> 相談日(予約制)	<b>15</b> <small>ごぜん</small> 午前：相談日(予約制) <small>しょうご</small> 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	<b>16</b> <small>やす</small> 休み	<b>17</b> (オ)なし <small>しょうご</small> 相談日(予約制)	<b>18</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:00 SST③	<b>19</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可
<b>20</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ)	<b>21</b> 敬老の日のため <small>やす</small> 休み 	<b>22</b> 秋分の日のため <small>やす</small> 休み 	<b>23</b> <small>やす</small> 休み	<b>24</b> (オ)なし <small>しょうご</small> 相談日(予約制)	<b>25</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) ◎2:00～ トライアルゼミ 「講演会」 ※詳しくは、スタッフにお問 い合わせください。	<b>26</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎10:00～11:00 ぴあまっぷ ◎2:00～4:00 パソコン開放 ◎1:00～1:30 茶話会① ◎1:30～2:30 第三者委員巡回
<b>27</b> <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) ◎1:00～1:30 茶話会②	<b>28</b> (オ)なし <small>しょうご</small> 相談日(予約制)	<b>29</b> <small>ごぜん</small> 午前：相談日(予約制) <small>しょうご</small> 正午～7:00(オ) ◎3:00～4:00 花くらぶ	<b>30</b> <small>やす</small> 休み	▼(オ)は、オープンスペースです。▼相談電話は、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。▼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。▼手話による相談対応日は毎週土曜日です。		

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

- 新型コロナウイルス感染症予防のため、以下のことにご協力お願いいたします。
- ①風邪の症状や発熱のある方(ご家族が体調不良の場合も)は利用をお控えください。
  - ②マスクをつけましょう。
  - ③来所時にトイレでの手洗いと検温をお願いします。
  - ④オープンスペースは定員10名です。10名を超えた場合はお待ちいただくことがあります。
  - ⑤利用時間は、1日1回1時間です。(プログラム時間を含む)
  - ⑥食事はお控えください。
  - ⑦適度な距離(2m以上)をとりましょう。

### ●第三者委員巡回 9月26日(土) 1時30分～2時30分

練馬区社会福祉協議会では、利用されるみなさんにより満足していただけるよう、第三者委員がみなさんからご意見を聴く巡回日を設けています。今回は、弁護士の花垣委員がいらっしゃいます。さらさらがより良いセンターとなるようご意見をお聞かせください。よろしくお願ひします。

# 食中毒に気をつけましょう！

食中毒は、食物に含まれる毒素によって引き起こされる病気です。夏は、食中毒の発生しやすい季節の一つです。予防対策をしっかりと行い、安全で健康に過ごしましょう。

- 予防① 食べ物の消費期限を守りましょう
- 予防② 手や台所用品を清潔にしましょう
- 予防③ 肉や魚などの食べ物は、十分に加熱しましょう
- 予防④ 生ものなどの食べ物は、冷蔵庫や冷凍庫に保存しましょう
- 予防⑤ ちょっとでもあやしい臭いや色の食べ物は、思い切って捨てましょう

電子レンジの加熱も効果的です



食中毒の主な症状には、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などがあります。このような症状が出た場合は、すぐに受診をして、いつ、どこで、誰と何を食べたかを医師に伝えることが大切です。



ネリーグッズ発売中！！

【ネリーのLINEスタンプできました♪】  
40種類120円(50コイン)



ハンドタオル  
(ガーゼ地)  
1枚450円

マスキングテープ  
1個250円



☆LINEスタンプとは？

スマートフォンアプリ「LINE」の中で使える文字の代わりに送る画像のようなものです。

「おはよう」「ありがとう」等の毎日使えるものから、「練馬特集」「石神井出ました」等練馬ならではのものまでいろいろあります。スタンプの買い方について詳しくは練馬区社会福祉協議会ホームページをご覧ください  
こちらのQRコードからも読み込めます。



とよたましやうがいしやちいきせいかつしえん  
豊玉障害者地域生活支援センター きらら



- 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

とよたましやうがいしやちいきせいかつしえん  
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。
- ごみはお持ちかえりください。
- 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。

