

オメトウ!

5月のスケジュール!!  
ういんぐは5月で12周年です。

# ういんぐ

新緑が鮮やかな季節になりました。爽やかな空気を吸って心のリフレッシュを!



令和3年(2021年)5月号(No.145)

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 益子恵明

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
<p>※ はお休みです。 ※(オ)はオープンスペースです。</p> <p>※プログラムは予約制です。申し込みは前月の25日からです。</p> <p>※令和3年度の手話による相談対応日は、奇数月は土曜日、偶数月は日曜日です。5月は土曜日です。</p> <p>※『つぼみの会』は高次脳機能障害者と家族の会です。</p>						1
2	3	4	5	6	7	8
<p>正午～7:00(オ)</p> <p>2:00～3:30</p> <p>ある だい 歩き隊!</p>	<p>けんぽうきねんび 憲法記念日</p>		<p>こどもの日</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日 (予約制)</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日(予約制)</p>	<p>正午～7:00(オ)</p> <p>1:00～4:00</p> <p>手話通訳者</p>
9	10	11	12	13	14	15
<p>正午～7:00(オ)</p> <p>10:00～11:00</p> <p>ホム-タ-養成講座</p> <p>2:00～3:30</p> <p>なでしこ会</p> <p>1:30～4:15</p> <p>ねんきんそうだんかい 年金相談会 (年 金ト-外ホム-ト-入 主催)</p>	<p>正午～7:00(オ)</p> <p>2:00～4:00</p> <p>ゆめみ 夢見るカメレオン</p>		<p>ごぜん 午前: 相談(予約制)</p> <p>正午～7:00(オ)</p> <p>1:00～</p> <p>パソコン教室①(資料代50円)</p> <p>2:00～3:30</p> <p>きれいにし隊! 花組</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日 (予約制)</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日(予約制)</p> <p>1:00～2:00</p> <p>出張ういんぐ 関町→P3</p>	<p>正午～7:00(オ)</p> <p>1:00～4:00</p> <p>手話通訳者</p>
16	17	18	19	20	21	22
<p>かんないせいそう 館内清掃</p>	<p>正午～7:00(オ)</p>		<p>ごぜん 午前: 相談(予約制)</p> <p>正午～7:00(オ)</p> <p>1:00～</p> <p>パソコン教室②(資料代50円)</p> <p>2:00～3:00</p> <p>きれいにし隊! ポスター貼り隊</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日 (予約制)</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日(予約制)</p>	<p>正午～7:00(オ)</p> <p>10:00～11:00</p> <p>びあまっぴ</p> <p>1:00～4:00</p> <p>手話通訳者</p>
23	24	25	26	27	28	29
<p>正午～7:00(オ)</p> <p>2:00～3:00</p> <p>そうさく ひ 創作の日</p>	<p>正午～7:00(オ)</p> <p>1:30～2:30</p> <p>つぼみの会</p> <p>3:30～4:30</p> <p>しゅうろつ 就労プログラム →P4</p>		<p>ごぜん 午前: 相談(予約制)</p> <p>正午～7:00(オ)</p> <p>1:00～</p> <p>パソコン教室③(資料代50円)</p> <p>2:00～3:00</p> <p>きれいにし隊!</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日 (予約制)</p>	<p>(オ)なし</p> <p>相談日(予約制)</p> <p>1:00～2:00</p> <p>出張ういんぐ 大泉→P3</p>	<p>正午～7:00(オ)</p> <p>1:00～4:00</p> <p>手話通訳者</p> <p>1:30～2:30</p> <p>りようしゃこんだんかい 利用者懇談会</p>
30	31	<p>◆面接相談は事前予約が必要です。</p> <p>◆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。</p>				





ネリーグッズ紹介

第1弾

キラッ



プレゼントにもピッタリ！  
ネリーグッズを集めて  
みませんか？

グッズの収益は、練馬区の地域福祉向上のために  
活用されます。

ワンポイントネリーが可愛い！

ハンドタオル(タオル地刺繍入り)

1枚450円



お買い物に大活躍！  
折りたたみエコバック  
1個500円

★出張ういんぐ！★

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：5月14日(金) 1:00~2:00

(毎月第2金曜日)  
『ダーツゲーム◎』  
刺さらず安全なマグネットダーツを使います！



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：5月28日(金) 1:00~2:00

(毎月第4金曜日)  
『大泉名水会へ行こう！』  
おいしい水が飲めるかも？！  
1:00 コナ集合、1:10出発予定です。



報告

IMR 終了式を行いました！

3月27日(土)にIMR修了式を行いました。昨年度はコロナ禍の影響を受け、普段よりも長い期間となりましたが、無事最終章まで終わることができました。最後の振り返りの際にそれぞれの「頑張ったこと」や「変化」について共有しました。みなさん、お疲れさまでした。

これまで参加されたみなさんからIMRについてご意見を伺いました。頂いたご意見を基に、今年度はIMRではなく、それに代わるプログラムを検討しています。詳細が決まり次第、改めてお伝えしますのでよろしくお願ひいたします。



★介護者のつどい★

第3回：3月29日(月) 3:00~5:00

参加者：8名 場所：ういんぐ交流室

第3回目のテーマは、「ロコモ」(移動する能力が不足したり、衰えたりした状態)でした。ロコモが進行すると、将来介護が必要になるリスクが高くなるそうです。ロコモ度を測定する方法と2つのトレーニング方法を動画とテキストで学びました。「運動は大事とつくづく感じた」「1つでも2つでも明日から続けていこうと思っています」などの感想をいただきました。

令和3年度もみなさんのご意見を伺いながら企画したいとおもいます。ご意見・ご要望がありましたら職員までお寄せください。



ロコモ度チェック!

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。

就労プログラム

3月24日(水)に就労支援B型作業所「べるはうす」に、見学に行きました。最寄り駅である大泉学園駅から徒歩圏内でアクセスも良く、比較的平坦な道なりの先にべるはうすがあります。内装もオシャレなカフェになっており、音楽やプロジェクターで海を投影するなどリラックスできる雰囲気を感じられました。見学では実際にべるはうすでお仕事をされている利用者の方2名に、仕事内容やべるはうすで働くきっかけ、仕事で困った時どうされているかなど、働いている方の立場から具体的なお話を聞くことができました。

参加されたメンバーからも「内装がきれいで働きやすそう」「雰囲気が良かった」など好評でした。

もし気になる方がいれば、コーヒーやクッキーなど様々なメニューがありますので、立ち寄ってみてはいかがでしょうか？



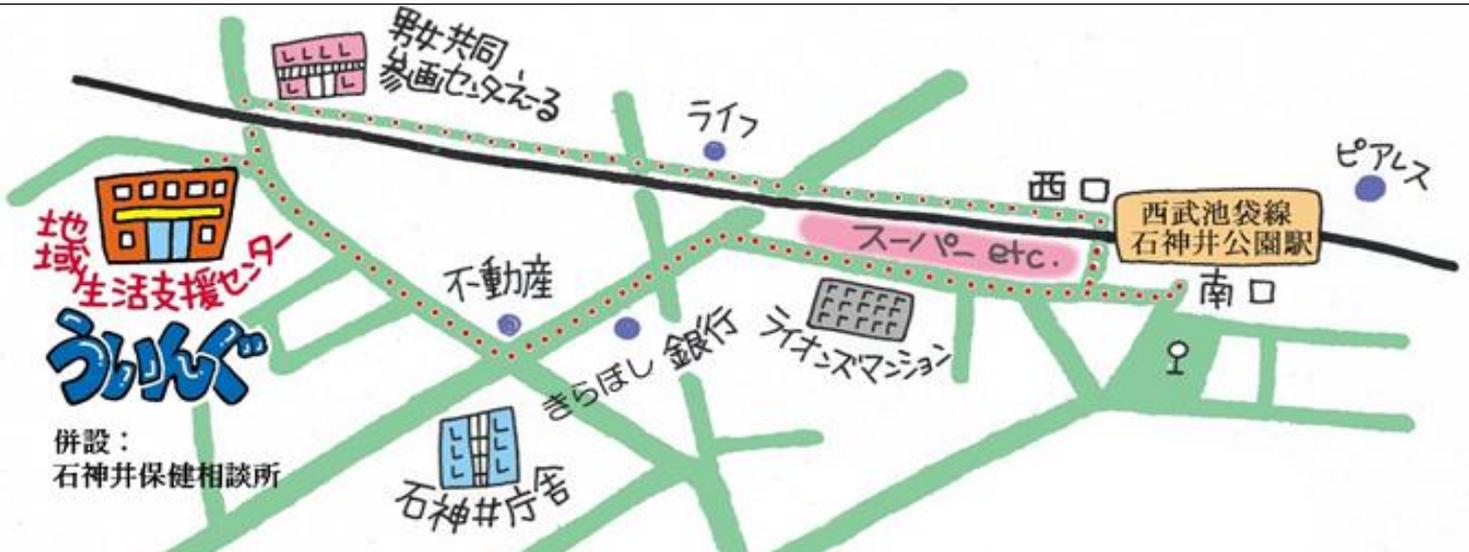
【次回の就労プログラムは…】

テーマ：「働くとは ～座談会～」

日時：5月24日(月) 3:30~4:30 場所：ういんぐ交流室

▲「ういんぐ」ご利用にあたって▲

- ゴミはお持ち帰りください。
- 全館禁煙です。施設周辺での喫煙もご遠慮ください。
- 車での来所はご遠慮ください。自転車は所定の駐輪場をご利用ください。
- 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。



★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エー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 東京都練馬区石神井町7-3-28

(併設：石神井保健相談所)

TEL：03-3997-2181

FAX：03-3997-2182

ホームページ：

<https://www.neri-shakyo.com/department/wing>

石神井障害者地域生活支援センターういんぐ

