

たけのこ

令和4年(2022年)10月号 No.227

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/>

衣がえの時期ですね。
そろそろ長袖や上着などを
準備しませんか。



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。

★10月のプログラム★

2022災害伝言ダイヤル171スタンプラリー

毎年秋の恒例、災害伝言ダイヤル171スタンプラリーを絶賛開催中です！ 参加方法は、

- ①スタンプカードを受け取る。
 - ②9/1（終了）、10/1、11/1に、きららの災害伝言ダイヤルを聞く（聞き方の質問はスタッフまで）
 - ③伝言に録音されているクイズの答えをスタッフに伝えて、スタンプラリーカードにシールをもらう。
 - ④11月分までシールがたまったら、豪華景品「ホイッスル付きライトペン」をゲットしましょう！
- 災害時に家族など大切な人同士で安否を確認し合える重要なシステムです。聞き逃した回があれば、スタッフに聞いて下さい。クイズ内容をお伝えします。継続して聞く習慣を身につけていただけたらと思うので、ぜひ、毎月一日に聞いてみてください。（一日がきらら定休日の場合、録音はありません）

花くらぶ

10月から午後2時開始です！

- ✳️10月4日（火）午後2時～午後4時
活動場所：つつじ公園&中央通り
- ✳️10月11日（火）午後2時～午後4時
活動場所：練馬図書館
- ✳️10月18日（火）午後2時～午後4時
活動場所：練馬デイサービス
- ✳️10月25日（火）自主活動
活動場所：ベランダや各花壇など



出張きらら in 光が丘

- 日時：10月17日（月）午後1時～午後3時
- 場所：光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナー
- スポーツの秋！今回は「モルック」というスポーツを行います。フィンランドの伝統的なゲームを元
- に開発された、誰もが楽しめるスポーツです。
- 初めて経験される人が多いと思います。
- 興味・関心のある人はぜひご参加ください。
- 水分補給用の飲み物やタオルを
- ご持参ください。





10月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
<p>▼(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。▼出張きらら in 光が丘は、光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナーに集合となります。</p>						
2 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎1:30～4:15 年金相談会(予約制/年金トータルサポート・コスモ主催)	3 (オ)なし 相談日(予約制)	4 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 ◎2:00～4:00 花くらぶ	5 休み	6 (オ)なし 相談日(予約制)	7 正午～7:00(オ)	1 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ★災害伝言ダイヤル171 ◎1:30～2:00 いきいき体操 ◎2:00～3:00 卓球① ◎3:00～4:00 卓球②
9 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎10:00～11:30 サポーター養成講座(ういんぐ) ◎2:00～3:30 メンバーミーティング	10 スポーツの日 のため休み	11 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 ◎2:00～4:00 花くらぶ ◎3:00～3:30 街清掃	12 休み	13 (オ)なし 相談日(予約制)	14 正午～7:00(オ) ◎正午～1:00 黙食タイム ◎2:00～3:30 SST①	8 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎2:00～4:00 パソコン開放①
16 全館清掃のため 休み 	17 (オ)なし 相談日(予約制) ◎1:00～3:00 出張きらら in 光が丘	18 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 ◎2:00～4:00 花くらぶ	19 休み	20 (オ)なし 相談日(予約制)	21 正午～7:00(オ) ◎正午～1:00 黙食タイム ◎2:00～3:30 SST② ◎2:00～4:00 トライアングル・ゼミ (ういんぐ)	15 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎2:00～3:00 茶道体験 ◎3:30～5:00 囲碁教室
23 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎2:00～3:00 防災プログラム	24 (オ)なし 相談日(予約制)	25 午前:相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ★花くらぶ(自主活動)	26 休み	27 (オ)なし 相談日(予約制)	28 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:30 SST③	22 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎10:00～11:30 ぴあまっぴ ◎2:00～4:00 パソコン開放②
30 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎1:00～1:30 茶話会②	31 (オ)なし 相談日(予約制)	<p>～災害用伝言ダイヤルを聞く方法～</p> <p>①171をプッシュ→②2をプッシュ→③03(3557)9222をプッシュ→④1#をプッシュ→⑤伝言を聞く クイズに答えてスタンプラリーにチャレンジしましょう!</p>				29 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎1:00～1:30 茶話会① ◎2:00～3:30 音楽を語る会

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の予防対策を引き続き行います。下記のご協力をお願いいたします。

- ・来所時は手洗い、消毒、検温を行ってください。
- ・黙食をお願いします。
(食事は指定のスペースで、会話はお控えください)
- ・マスクを着用してください。
- ・周りの人と適度な距離をとってください。
- ・体調が悪い時は、利用を控えてください。



【赤い羽根共同募金について】

10月1日から赤い羽根共同募金が始まります。この募金は誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな地域福祉の課題解決や「じぶんの町を良くするしくみ」として取り組まれています。

今年も新型コロナウイルス感染症の流行による新たな福祉の課題や大規模災害対策へ対応するため募金活動が進められます。多くの人に関心を寄せていただき、ご支援いただければと思います。



【トライアングル・ゼミ】

10月21日(金)に、ういんぐ、きらら、レインボーワークによるトライアングル・ゼミを行います。場所はういんぐです。詳しくはチラシをご覧ください。

当事者会からのお知らせ

★9月11日(日)のミーティング報告★

「きらら酉の市」についてみんなで話し合いました。今後それぞれのプログラムやオープンスペースで準備を進めていきますので、ぜひ一緒にきらら酉の市を盛り上げましょう♪

【きらら酉の市について決まったこと】

- 11月29日(火)午後2時～午後5時に開催
- テーマは「きららについて知ってもらおう」
「つながりが切れないように」
- 招待状を作って広報する
- 押し花のしおりづくり体験やパネル展示、メンバーの講演会などを行う

次回のメンバーミーティングは…

● 10月9日(日) 午後2時～午後3時30分

- 『発表タイム』ひとり最長3分、要予約
- 『11月のホワイトボードテーマ決め』
- 『きらら酉の市について』
- 『クリスマス会のアイデア出し』
- きらら酉の市やクリスマス会など、10月も盛りだくさんの内容となっています！
- そのため、いつもより30分延長しての開催となります。途中退室も可能です。
- 多くの人の参加をお待ちしています♪

報告

出張きらら in 光が丘

日時：8月15日(月) 午後1時～午後2時

8月はフラダンスを行いました。ゆったりとした音楽に合わせて、「赤いレイ」をボランティアの先生にご指導いただきながら踊りました。また、先生に単独ダンスも披露していただきました。3年ぶりの開催で先生と久しぶりにお会いできたことを喜び合い、夏の楽しい時間を過ごしました。



トライアングル・ゼミ in きらら

日時：8月26日(金) 正午～午後1時

場所：就労センター「街」
就労移行支援、就労継続支援B型を行っている事業所を見学しました。喫茶スペースがあるパン屋を運営していて、香ばしいパンの香りがしていました。働いている人もいきいきと楽しんでました。参加した人から、こういうところで働きたいとの感想もありました。



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。

