

たけのこ

平成29年(2017年)6月号 No.163

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/index.php/post/kirara/>

食中毒には、
気を付けましょう！
※情報アラカルト
も見てね！！



練馬区社協キャラクター
ネリー

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生き生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。

プログラム報告

花見ウォーキング 報告

4月2日(日) 参加者:14名

桜台方面へウォーキングをしました。千川通りの桜はまだ咲き始めでしたが、公園はちょうど見ごろでした。

「ほどよい距離」
「今度は公園でゆっくりするのも良いね」などの声がありました。



トライアルゼミ 報告

4月28日(金) 参加者:11名

29年度の初回は、各自が月ごとに就労準備に対する目標を定め年間計画を作成しました。また、就労準備性のチェックシートへの記入もしました。みなさん真剣に取り組み、設定内の時間で完成させることができました。「書けた！！」「目標通りに行くといいな」「トラゼミ参加を軸にマイペースで行けたらいいな」等参加の感想がありました。

◆6月23日のトラゼミは3時～5時です。

つつじフェスタ 報告

4月29日(土) 参加者:36名

練馬駅周辺の10の商店会が開催する「つつじフェスタ」は、2003年に「練馬区に生活支援センターを作る会」が参加し、地域生活支援センターとしてきららが発進する原動力になったお祭りです。15回目の参加になる今年も、地域の作業所とともにきららのメンバーも多数参加し、清掃活動等の協力や花くらのしおりや、ポストカードの販売、呼び込み、社会福祉協議会の広報活動なども行いフェスタを盛り上げました。





6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円がかかります。▼就労実習体験は1週目の月曜が練馬ティサービスセンター、4週目の日曜が光が丘LIVINです。▼6月12日(月)2:00~3:30、初めてきららを利用する方向けの利用説明会「オープンきらら」を開催します。</p> | | | | | | |
| <p>4 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:30 防災プログラム</p> | <p>5 (オ)なし 相談日(予約制) ◎9:00~正午 就労実習体験</p> | <p>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 ◎2:00~4:00花くらぶ</p> | <p>7 やすみ</p> | <p>8 (オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>9 正午~7:00(オ) ◎正午~1:00 昼食会 参加費300円 「美味しいカレー」 ◎2:00~4:00 SST②</p> | <p>10 正午~7:00(オ) ◎2:00~4:00 パソコン開放</p> |
| <p>11 正午~7:00(オ) ◎10:00~正午 サポーター養成講座 (ういんぐ) ◎1:00~3:00 料理教室 ~初級編~ 参加費200円 「筑前煮」</p> | <p>12 (オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>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 ◎2:00~4:00花くらぶ ◎3:00~3:30街清掃</p> | <p>14 やすみ</p> | <p>15 (オ)なし 相談日(予約制) ◎4:30~5:30 囲碁教室</p> | <p>16 正午~7:00(オ) ◎正午~1:00 昼食会 参加費300円 「鱈の照り焼き」 ◎2:00~4:00 SST③</p> | <p>17 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:00 茶道体験 参加費100円</p> |
| <p>18 ぜんかんせいそう ため 全館清掃の為 やすみ</p>  | <p>19 (オ)なし 相談日(予約制) ◎1:00~3:00 出張きららin光が丘 「光が丘自然散策」</p> | <p>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 ◎2:00~4:00花くらぶ</p> | <p>21 やすみ</p> | <p>22 (オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>23 正午~7:00(オ) ◎3:00~5:00 トライアルゼミ 「レインボーワークの見学・体験」 ※詳しくは、スタッフにお問い合わせください。</p> | <p>24 正午~7:00(オ) ◎10:00~正午 ぴあまっぴ ◎1:00~2:00 茶話会 ◎2:00~4:00 パソコン開放</p> |
| <p>25 正午~7:00(オ) ◎2:00~4:00 就労実習体験</p> | <p>26 (オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>27 午前:相談日(予約制) 正午~7:00(オ) ◎2:00~4:00花くらぶ</p> | <p>28 やすみ</p> | <p>29 (オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>30 正午~7:00(オ)</p>  | |

お知らせ

●防災プログラム
6月4日(日) 2時~3時30分
今年度1回目の防災プログラムです。昨年度、一昨年度も使った防災ブック、『東京防災』の読み合わせをして、基礎知識の復習をします。また、「3月に予定されている避難訓練をどんな内容にしていくか?」という事も話し合えたら良いと考えています。

●料理教室~初級編~
6月11日(日) 1時~3時
参加費200円
栄養士さんをお呼びして、自宅でも簡単にできる料理を教えてください。ぜひこの機会に美味しいレシピを覚えて、一緒に楽しい時間を過ごしましょう!!!

●出張きららin光が丘
6月19日(月) 1時~3時
今年度1回目の出張きららでは、自然散策を行います!! NPO法人みどり環境ネットワークの方をお呼びして、光が丘コーナー周辺のハーブ園等を散策する予定です。参加の方は光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナーにお集まり下さい。

茶話会 報告

4月30日(日) 参加者:21名



今月の茶話会では、まず始めに異動してきたスタッフから挨拶がありました。次に、茶話会の前日に行われた「つつじフェスタ」の報告がありました。メンバーより「良い天気で、つつじ公園の花もきれいだった。最後は、虹が出てよかった。」「社協の広報用ティッシュをもらってくれる人がいて良かった。」「しおりが売れて良かった。」という感想がありました。また、5月のプログラムの紹介もありました。また、オープンスペースの利用で「ジャグラーの水を飲む際は、専用のコップを使用し、ペットボトル等には入れないでください。」「紙コップは、きらら内のみ使用し、持ち出しはご遠慮下さい。」というお話もありました。

情報アラカルト 『食中毒予防』

参照:厚生労働省ホームページ

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒を防ぐためには、細菌の場合は、細菌を食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」という3つのことが原則となります。

- ①「つけない」食中毒の原因菌やウイルスを食べ物につけないように、必ず手を洗いましょう。
- ②「増やさない」肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。また、冷蔵庫を過信せず早めに食べることも重要です。
- ③「やっつける」ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。

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

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お願いいたします。
- ごみはお持ち帰りください。

