

たけのこ

令和4年(2022年)12月号 No.229

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>

ことし
今年は
どのような
ねん
1年でしたか？



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。

12月のおすすめプログラム

クリスマスデイ

今年のクリスマスも昨年同様「クリスマスデイ」として、一日クリスマス企画を行います。時間ごとにボランティアをお呼びして、催し物を行う予定です！詳しい内容については現在メンバーと一緒に検討中♪決まり次第、オープンスペースにチラシを掲示します。定員がありますので、必ず事前予約をお願いいたします。今年のクリスマスもみんなと一緒に楽しみましょう。

日時：12月25日(日)

★1時30分～オープニング ①2時～3時 ②3時～4時 ③4時～5時

各回 定員 15名 / 参加費無料

花くらぶ

12月の花くらぶです！

※12月6日(火) 午後2時～午後4時

活動場所：つつじ公園&中央通り

※12月13日(火) 午後2時～午後4時

活動場所：練馬図書館、きらら(寄せ植え作り)

※12月20日(火) 午後2時～午後4時

活動場所：きらら(寄せ植えの配布)

※12月27日(火) 午後2時～午後4時

活動場所：きらら交流室(ミーティング)

トライアングル・ゼミ

日時：12月16日(金) 午後2時～午後4時

場所：練馬ボランティア・地域福祉推進センター 会議室

就労や地域で自分らしく活動することをめざして、学びあうプログラムです。今回はういんぐ、レインボーワーク、きららの共催です。内容は、①地域での活動やはたらき方のいろいろ(講座) ②活動するために必要なこと(講座) ③座談会を行います。関心のある人はぜひご参加ください。



12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。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。						
4 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)	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 ◎2:00～4:00 花くらぶ	7 やすみ	8 (オ)なし 相談日(予約制)	9 正午～7:00(オ) ◎正午～1:00 黙食タイム ◎2:00～3:30 SST②	10 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
11 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) ◎2:00～3:00 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 ◎2:00～4:00 花くらぶ	14 やすみ	15 (オ)なし 相談日(予約制)	16 正午～7:00(オ) ◎正午～1:00 黙食タイム ◎2:00～3:30 SST③ ◎2:00～4:00 トライアングル・ゼミ(練馬 ボランティア・地域福祉推進 センター会議室)	17 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎2:00～3:00 茶道体験 (参加費100円) ◎3:30～5:00 囲碁教室
18 全館清掃のため やすみ 	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 ◎2:00～4:00 花くらぶ	21 やすみ	22 (オ)なし 相談日(予約制)	23 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:00 防災プログラム	24 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎10:00～11:30 ぴあまっぴ ◎1:00～1:30 茶話会① ◎2:00～4:00 パソコン開放②
25 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎1:00～1:30 茶話会② ◎1:30～5:00 クリスマスディ	26 (オ)なし 相談日(予約制)	27 午前：相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 花くらぶ (ミーティング)	28 やすみ	29 やすみ	30 やすみ	31 やすみ

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。

【10月23日 防災プログラム報告】

きららで被災した場合に備えて、近隣の避難場所まで歩いてみました。今回は練馬警察署の人にきていただき、プロの視点で経路や危険箇所などを教えていただきました。「警察の人の説明がわかりやすかった」「自分が想定できないことがわかった」などの感想が出ました。

【11月4日 トライアングル・ゼミ in きらら報告】

秋晴れの日に、東大泉にある加藤農園で農業体験をしました。今回はさつまいも掘りを行いました。大きなさつまいもがたくさん取れました。また農園の加藤さんから、「おいしい野菜を作りたい」「とれたて野菜をみんなに食べてほしい」などの思いを聞くことができました。参加した人から「外での活動が気持ちよかった」「達成感がある」などの感想がありました。



当事者会からのお知らせ

★11月13日(日)のミーティング報告★

「きらら西の市」前、最後のメンバーミーティングだったので、みんなで当日の流れや配置、準備の進捗状況について確認をしました。

また、クリスマス企画についてはオープンスペースでのアンケートをもとに話し合い、今年は昨年同様「一日クリスマスデイ」に決まりました！詳細については現在検討中です

【12月のホワイトボードのテーマ決め】
年末のアルバイト、クリスマス

次回のメンバーミーティングは…

12月11日(日) 午後2時～午後3時

『発表タイム』ひとり最長3分、要予約

『1月のホワイトボードのテーマ決め』

『きらら西の市振り返り』

『クリスマスデイの進捗確認』

『2月の外出企画についてアイデア出し』

11月のきらら西の市のあとは12月のクリスマスデイ、2月の外出企画とお楽しみが盛りだくさん！みなさんの参加お待ちしております♪

年末年始の相談機関

きららは12月28日(水)～1月4日(水)までお休みです。この期間の相談機関を紹介します。

【東京都こころの電話相談】

03-5155-5028 (午後5時～午後10時:受付は午後9時30分まで)

【東京いのちの電話】

03-3264-4343 (年中無休、24時間対応)

【よりそいホットライン】

0120-279-338 (年中無休、24時間対応)

歳末たすけあい運動募金

この募金は、共同募金運動の一つで、12月1日から31日に行います。福祉を必要とする人のために役立てます。ご協力をお願いします。

利用者アンケート

令和4年12月1日(木)～令和5年1月31日(火)に利用者アンケートを行います。アンケート用紙またはオンラインで回答できます。詳しくはスタッフへお問い合わせください。きららをより良くするご意見をお願いいたします。

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。

