

たけのこ

平成29年(2017年)11月号 No.168

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/>

あき い
秋と言えば
げいじゅつ ぶくしょ
芸術、読書等

つきないですね♪

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。



練馬区社協キャラクター
ネリー

プログラム報告

とり いち とくしゅう 西の市特集

今年の西の市は、
6日(月)、30日(木)に
出店します。

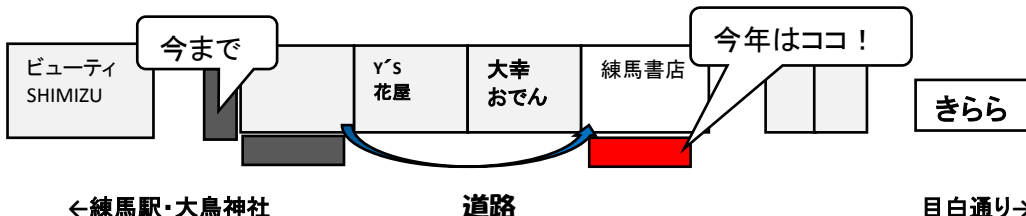
西の市説明会 報告

10月3日(火) 参加者:15名



11月6日(月)、30日(木)の西の市に向けて、説明会を行いました。10月31日(火)の西の市準備
についてや、西の市当日の役割分担、注意事項について確認しました。役割分担は、「もち焼
き」「列の整理」「鍋運び手伝い」「おしるこ作り」があります。注意事項は、「貴重品は各自
管理です(荷物置きは有)」「もち焼きの軍手は、二枚重ねで使用する」と自己管理と安全の確認
をしました。

今年は場所が
変わります。



西の市ときらら きららはおとり様商店会の中にあり、商店会とともに歩んできました。

開設して翌年の平成16年に「練馬駅南口2商店会活性化委員会」と

して商店会とともに、はじめて西の市に参加しました。最初は、寒い
時期にあわせ、あたたかい「すいとん」を販売しました。商店会の人た

ちが材料を前の日から準備してメンバーとともに力を合わせて1日で
500食以上を売り上げました。回を重ねていくうちに「おしるこ」と

「いそべ焼き」が、きららの定番メニューとなり今では商店会の方々から
「まちの風物詩のひとつだね」またお客様からも「毎年楽しみにしてるよ」

と声を頂いています。現在も材料や炭の調達等商店会のみなさんの力を借
りながら、メンバーのみなさんと一緒におしるこを販売しています。





11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。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11月13日の月曜が練馬デイサービスセンター、11月26日の日曜が光が丘LIVINです。						
			1 やす 休み	2 (オ)なし 相談日(予約制)	3 文化の日のため お休み 	4 正午～7:00(オ) ◎ 1:30～3:30 いきいき体操・卓球
5 正午～7:00(オ)	6 (オ)なし 西の市に出店 (11:00～夜8:00頃)	7 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	8 やす 休み	9 (オ)なし 相談日(予約制)	10 正午～7:00(オ) ◎ 正午～ 昼食会 参加費300円 「美味しいカレー」 ※当日は、12:30までにき ららにお越しください。 ◎ 2:00～4:00 SST①	11 正午～7:00(オ) ◎ 2:00～4:00 パソコン開放
12 正午～7:00(オ) ◎ 10:00～正午 サポーター養成講 座(ういんぐ)	13 (オ)なし 相談日(予約制) ◎ 9:00～正午 就労実習体験	14 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	15 やす 休み	16 (オ)なし 相談日(予約制) ◎ 4:30～5:30 囲碁教室	17 正午～7:00(オ) ◎ 正午～ 昼食会 参加費300円 「お楽しみ」 ※当日は、12:30までにき ららにお越しください。 ◎ 2:00～4:00 SST②	18 正午～7:00(オ) ◎ 2:00～3:00 茶道体験 参加費100円
19 正午～7:00(オ) ◎ 3:00～4:00 音楽を語る会	20 (オ)なし 相談日(予約制)	21 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	22 やす 休み	23 勤労感謝の日のため お休み 	24 正午～7:00(オ) ◎ 2:00～4:00 トライアルゼミ ※詳しくは、スタッフにお 問い合わせください。	25 正午～7:00(オ) ◎ 10:00～正午 びあまっぷ ◎ 1:00～2:00 茶話会 ◎ 2:00～4:00 パソコン開放
26 正午～7:00(オ) ◎ 2:00～4:00 就労実習体験	27 (オ)なし 相談日(予約制)	28 午前:相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎ 2:00～4:00花くらぶ	29 やす 休み	30 (オ)なし 西の市に出店 (11:00～夜8:00頃)		

パソコン教室
資料代
各50円

お知らせ

●西の市

今年もおとり様商店会で
は、西の市を開催します。き
らは、一の西と三の西に参
加します。恒例のおしるこを
販売しますので、参加をお待
ちしています!!商店街のみ
なさんと一緒に、地域を盛り
上げましょう♪
一の西は11月6日(月)、三の
西は11月30日(木)です。販売
は、正午からです。



●パソコン教室

11月7日(火)、14日(火)、
21日(火) 1時/2時/3時/4時
資料代:50円

パソコン教室の予約が殺到
し、残念ながら申し込むこと
ができない方もいることか
ら、現在復習クラスとして設
定している4時からの回を10
月から初級Cクラスとして設
定することになりました。

11月の内容は、1時クラス
は「文字入力」、2時クラス
は「クリスマスカード(ワー
ド)」、3時クラスは「関数(エ
クセル)」、4時クラスは「旅
行案内(ワード)」です。参加
をお待ちしています。



第16回 誰でも参加できるSST 報告

9月9日(土) 参加者:17名

SST普及協会認定講師の村本好孝氏を講師にお呼びしました。専門は精神科認定看護師でクリニック等で主に支援を行っています。SSTではものの考え方や自分の気持ちや考えを相手に上手に伝える練習を行います。感想では「なりたい姿を明確にしてから練習ができて良かった」先生からも「コミュニケーションは難しいと思うと、そこで終わる。奥深いと思うとチャレンジできる。」とお話がありました。次回は、平成29年12月16日(土)午後2時～5時、講師は村本好孝先生です。

【情報アラカルト】

災害用伝言ダイヤル171

大規模災害時は電話がつながりにくくなります。災害用伝言ダイヤル171を使うと、家族同士等で録音・再生する事により、お互いの安否を確認しやすくなります。きららでは、各月の1日(午後1時以降)に、訓練用のメッセージを録音します。ぜひ聞いてみて下さい。

<聞き方の手順> ※きららが休みの日は、録音はありません

- ①171をダイヤルする。
- ②ガイダンスに従い、再生なので「2」を押す。
(※間違えて「1」を押すと録音になります。ご注意ください)
- ③ガイダンスに従い、きららの電話番号「0335579222」を押す。
- ④プッシュ式電話機の場合はガイダンスに従い「1」を押す。
ダイヤル式電話機の場合はそのまま待つ。
- ⑤メッセージを聞く。
- ⑥再生終了のガイダンスが流れる→電話を切る
(※追加録音しない様、ご注意ください)

とよたましやがいしゃ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。

茶話会 報告

9月30日(土) 参加者:27名

9月の茶話会は、朝晩が涼しくなってくる時期の過ごし方についてのお話から始まりました。メンバーからは「食べ物に気をつけている」「水分のコントロールが大事」など、ご自分の体調管理法の紹介がありました。プログラム報告では、出張きららや音楽を語る会の参加者が、皆さんからの質問に答えてくれました。10月の予定で、昼食会についての説明があった時には、秋の味覚や秋のイメージが話題になりました。

- 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
- とよたま
豊玉すこやかセンター6階
とよたましやがいしゃ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

