

たけのこ

令和5年(2023年)9月号 No.238

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/>

今年の中秋の名月は、
 9月29日です。
 きれいな月が
 見えるといいな！



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。

9月のプログラム

誰でも参加できるSST

日時：9月17日(日) 午後2時～午後5時
 場所：きらら交流室
 講師：河島京美氏 (SST普及協会認定講師)
 河島先生をお招きし令和5年度第2回目の「誰でも参加できるSST」を開催します。対人関係の悩みを解消し、今よりも楽に過ごせる方法を一緒に考えてみませんか。



昼食会

日時：9月8日(金) 正午～午後1時(カレー)
 9月15日(金) 正午～午後1時(麻婆豆腐等)
 場所：オープンスペース テーブル席
 今月からカレー昼食会が再開します。ルウから手作りをしたカレーをお楽しみください。アラカルト昼食会も栄養たっぷりのメニューを準備します。どちらも正午から8席、午後12時30分から7席分を提供します。事前予約をお願いします。

花くらぶ

金、土、日曜日の水やりもご協力ください！
 *9月5日(火) 午後3時～午後4時
 活動場所：つつじ公園&中央通り
 *9月12日(火) 午後3時～午後4時
 活動場所：練馬図書館
 *9月19日(火) 午後3時～午後4時
 活動場所：きらら
 *9月26日(火) 自主活動
 活動場所：ベランダや各花壇など



囲碁教室

日時：9月16日(土) 午後3時30分～午後5時
 場所：きらら交流室
 ボランティアの先生が優しく丁寧に教えてくださいます。メンバー同士で教え合うこともあり、楽しくコミュニケーションを取りながら行っています。「難しい」「よく分からない」という初心者にも、楽しんでいただける内容です。趣味や人とのつながりを広げる良い機会です。もちろん経験者も大歓迎です。みなさん、お気軽にご参加ください。



9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。▼相談電話は、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。</p>						
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>スタンプラリーが はじまります。 お楽しみに!!</p> </div>						
3 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ★クリーン作戦	4 (オ)なし 相談日(予約制)	5 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 ◎3:00~4:00 花くらぶ	6 やすみ	7 (オ)なし 相談日(予約制)	8 正午~7:00(オ) ◎正午~1:00 昼食会(カレー) (参加費 300円) ◎2:00~4:00 SST②	9 正午~7:00(オ) ◎2:00~4:00 パソコン開放①
10 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ★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	11 (オ)なし 相談日(予約制)	12 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 ◎3:00~4:00 花くらぶ ◎3:00~3:30 街清掃	13 やすみ	14 (オ)なし 相談日(予約制)	15 正午~7:00(オ) ◎正午~1:00 昼食会(麻婆豆腐等) (参加費 300円) ◎2:00~4:00 SST③	16 正午~7:00(オ) ◎2:00~3:00 茶道体験 (参加費 100円) ◎3:30~5:00 囲碁教室
17 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ★クリーン作戦 ◎2:00~5:00 誰でも参加できるSST (講師:河島京美氏)	18 敬老の日のため やすみ	19 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 ◎3:00~4:00 花くらぶ	20 各50円 やすみ	21 (オ)なし 相談日(予約制)	22 正午~7:00(オ)	23 秋分の日のため やすみ
24 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談可 ★クリーン作戦	25 (オ)なし 相談日(予約制)	26 午前:相談日(予約制) 正午~7:00(オ) ★花くらぶ(自主活動)	27 やすみ	28 (オ)なし 相談日(予約制)	29 正午~7:00(オ)	30 正午~7:00(オ) ◎10:00~11:30 ぴあまっぴ ◎1:00~1:30 茶話会 ◎1:30~2:30 第三者委員巡回 ◎2:00~4:00 パソコン開放②

パソコン教室
資料代
各50円

お知らせ

オープンスペースの利用について

感染症の予防対策を引き続き行います。以下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。
- ・黙食をお願いいたします。(指定のスペースで、会話は控えてください)
- ・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。

*練馬区の方針等により、利用方法が変更になることがあります。



第三者委員巡回

日時: 9月30日(土)
午後1時30分~午後2時30分

練馬区社会福祉協議会では、みなさんにより満足して利用していただけるよう第三者委員がみなさんのご意見を聴く巡回日を設けています。今回は社会福祉法人理事長の坂元委員がいらっしやいます。きららがより良いセンターとなるよう、遠慮なくご意見をお寄せください。



当事者会からのお知らせ

★8月13日(日)のミーティング報告★

《納涼祭の振り返り》

- 普段できない販売の体験ができてよかった。
- ひとりもケガなく終われてよかった。
- たくさんかき氷が売れてうれしかった。
- 次回は、事前の確認をみんなでできると良い。

《お祭りに参加する目的》メンバーより

- 地域の人への感謝の気持ちを伝える。
- みんなで作り上げていくのが楽しい。
- 楽しい思い出になる。



次回のメンバーミーティングは…

9月10日(日) 午後2時～午後3時

- 10月のホワイトボードテーマ決め
- 10月の石薬師市について
- 11月の酉の市について
- 石薬師市、酉の市と秋はお祭りが盛りだくさん！無理なく楽しく、多くのメンバーが参加できる内容をみんなで考えたいと思います。
- また、ホワイトボードのテーマについては
- オープンスペースでもアンケートをとっている
- ので、アイデアお待ちしています。

報告

音楽を語る会

日時:7月23日(日) 午後2時～3時30分

今回の音楽を語る会は、夏を感じられる曲やみんなが知っているなつかしい曲で楽しい時間を過ごしました。音楽がつれて来てくれた季節や時の中で、それぞれの思い出にタイムスリップしながら同じ時を共有しました。

メンバーおすすめの曲は、冊子にしてオープンスペースに置いてあります。

納涼祭に参加しました！

日時:7月29日(土)・30日(日)

- 4年ぶりに納涼祭が行われ、かき氷を出店しました。暑い中、たくさんのお客さんが来てくれました。ブルーハワイのかき氷が大人気でした！一緒に活動したメンバーのみなさん、お疲れ様でした。
- 地域の関係者のみなさん、ありがとうございました。



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

※身体の不自由な方を除き、車での来所はお控えください。

〒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。

