

# たけのこ

へいせい ねん ねん がつごう  
平成30年(2018年)4月号 No.173

はっこうせきにんしゃ しゃかいふくしほうじん ねりまくしゃかいふくしきやうぎかい  
発行責任者：社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会  
とよたましやうがいしや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 所長 菊池 貴代子

じゆうしよ ねりまく とよたまきた  
住所：〒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6F

でんわそうだん といあわ  
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/>

はる  
春がやって  
きましたね♪



とよたましやうがいしやちいきせいかつしえん しょうがい ひと かぞく ちいき  
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  
こりつ あんしん じぶん いき い せいかつ おく いっしょ かんが  
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。

## つつじフェスタ お知らせ

ことし へいせい つつじ こうえん  
今年も平成つつじ公園にて、「つつじフェスタ」に参加します。地域の作業所のみなさんと一緒に、きららも「花くらぶ」で作成したポストカード等を販売したり、社会福祉協議会の広報活動を行います。他にも、商店会の模擬店や、ステージショー、大抽選会等楽しめる催しがいっぱいです♪ぜひ、お越しください(^)

ねん がつ にち にち しゅく  
2018年4月29日(日・祝)  
ごぜん じ ごご じよてい  
午前10時～午後4時(予定)  
ばしよ へいせい こうえん  
場所:平成つつじ公園  
ねりま えききたぐち で  
※練馬駅北口を出てすぐ

### 所長より 新年度のあいさつ

みなさん、こんにちは。新年度が始まりました。「きらら」も早いもので、昨年12月に15年目に入りました。15年目の今年度も、より「きらら」が安心して過ごせ相談できる場、様々な体験や挑戦、楽しむことができる場となるように、メンバー・家族・ボランティア・関係者のみなさんと一緒に作っていきましょう！きららが成長できるようにともに考えていきましょう。 菊池 貴代子

### きららが参加する おち ちいき 主な地域のイベント

がつ にち にち しゅく  
4月29日(日・祝)

つつじフェスタ

がつ にち にち  
7月8日(日)

ねりま こども しょうてんがい  
練馬子ども笑店街  
(石薬師)

がつ にち きん にち ど  
7月27日(金)・28日(土)

とよたまむつみかいのうりようさい  
豊玉睦会納涼祭

がつ にち もく にち にち  
11月1日(木)・25日(日)

とりのいち  
酉の市





# 4月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1 正午～7:00(オ)	2 (オ)なし 相談日(予約制)	3 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	4 休み	5 (オ)なし 相談日(予約制)	6 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 SST①	7 正午～7:00(オ) ◎1:30～3:30 いきいき体操・卓球
8 正午～7:00(オ) ◎10:00～正午 サポーター養成講座(ういんぐ) ◎3:00～4:00 音楽を語る会	9 (オ)なし 相談日(予約制) ◎9:00～正午 就労実習体験	10 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	11 休み	12 (オ)なし 相談日(予約制)	13 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 SST②	14 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 パソコン開放
15 全館清掃のため 休み 	16 (オ)なし 相談日(予約制)	17 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	18 休み	19 (オ)なし 相談日(予約制) ◎4:30～5:30 囲碁教室	20 正午～7:00(オ) ◎正午～ 昼食会 参加費300円 「とりの甘酢煮」 ※当日は、12:30までにきららにお越しください。 ◎2:00～4:00 SST③	21 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:00 茶道体験 参加費100円
22 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 就労実習体験	23 (オ)なし 相談日(予約制)	24 午前：相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00花くらぶ	25 休み	26 (オ)なし 相談日(予約制)	27 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 トライアルゼミ 「年間計画作成」 ※詳しくは、スタッフにお問い合わせください。	28 正午～7:00(オ) ◎10:00～正午 ぴあまっぴ ◎1:00～1:30 茶話会 ◎2:00～4:00 パソコン開放
29 昭和の日 ◎10:00～4:00 (予定) つつじフェスタ	30 (オ)なし 相談日(予約制)	▼(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9日の月曜日が練馬サービスセンター、22日の日曜日が光が丘LIVINです。				

パソコン教室  
資料代  
各50円

## お知らせ

当事者活動

●音楽を語る会  
4月8日(日) 3時～4時  
音楽を語る会は、メンバーの希望により企画された当事者会のひとつです。企画・運営・司会をメンバーが中心となって行っています。  
各自好きなCDを持ち寄り、曲をかけながらその曲にまつわるエピソードや好きな理由を紹介しています。紹介するのもよし! 聞くだけでもよし! ぜひこの機会に色々な音楽に触れてみませんか? 参加お待ちしております♪

きららのパソコンのプログラムは、「パソコン教室」と「パソコン開放」の2つがあります。どちらも先生が優しく楽しく教えてくれます。

●パソコン教室  
4月3日・10日・17日(火)  
1時/2時/3時/4時  
1時の初心者クラスでは、文字入力を練習します。後のクラスは初級A・B・Cとして、ワードやエクセルを利用しチラシや表などの作成をしています。

●パソコン開放  
4月14日・28日(土) 2時～4時  
パソコン開放では、自由にパソコンに触れることができます。ワードやエクセルの練習の他に、オセロや将棋等のゲームも楽しめます。

出張きららin光が丘  
2月19日(月) 参加者:14名

今回の出張きららin光が丘では、講師に村山氏をお招きし、初めて型染め友禅を行いました！！型染め友禅とは、型紙を使い、色のついた糊で模様を染め出す日本の代表的染織工芸のひとつです。今回は、トートバックを染めました。「仕上げとして先生に手を入れてもらって、とても良くなった」「100円で、これができるのは安い」と大好評でした。



外出プログラム  
2月21日(水) 参加者:18名

とうじしゃかつどう  
当事者活動

今年の外出は、国立科学博物館へ行きました。まずは、レストランでランチをし、その後博物館を見学しました。館内はとても広く、「どのエリアを中心に見ようかな」「ここは必ず行きたい」等マップをみながら館内を見学しました。博物館までは徒歩で向かったため、西郷さんの銅像を見たりと、公園散策も楽しみました♪



ほうこく  
報告

茶話会  
2月24日(土) 参加者:16名

今月の茶話会は、風邪やインフルエンザの話題から入りました。プログラムの案内では、メンバーから「囲碁教室では、先生が丁寧に教えてくれる。先生がいない時も自主練習をして、自己研鑽に努めている。」「茶道は、正座が出来ない人でも大丈夫！イスも用意いたします。」等、各プログラムの良さを伝えました。また、外出プログラムについて「いろんな動物がいた」「博物館は、広かった」という感想が聞かれました。

年金勉強会  
2月25日(日) 参加者:25名

今年度で6回目の年金勉強会を、年金サポート・コスモ、NPO法人練馬精神障害者家族会との共催で行いました。大勢の参加をいただき、ありがとうございました。勉強会では、障害年金受給に必要な3要件についてお話いただきました。後半では事前に伺っていた質問や傾向を踏まえた説明をいただき、参加者の方が熱心にメモをとられていました。



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、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。

