

# たけのこ

令和8年(2026年)5月号 No.270

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 益子 憲明

住所：〒176-0012練馬区豊玉北5-15-19

豊玉すこやかセンター6階

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/>

★きららの紹介動画はこちらから→



新緑の季節になりました。  
緑色のものを見ると、眼精疲労  
の緩和につながるそうです。  
散歩をしながら、季節の移ろい  
を感じてみませんか？



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。

## 5月のおすすめプログラム

### メンバーミーティング

日時：5月10日(日) 午後2時～午後3時

《ミーティング内容》

- ・6月のホワイトボード決め
- ・今後の活動について

みなさんと和やかに話しましょう。ご参加お待ちしております。

### 街清掃

日時：5月12日(火) 午後3時～3時半

毎月、商店会の人と一緒に清掃を行っています。誰でも気軽に参加できる活動です。さわやかな季節の気分転換のような気持ちで、お気軽にご参加ください。2時55分にきららを出発するので、集合時間にご注意ください。

### 花くらぶ

1回目の植え替えがスタートします！一緒に街を彩りませんか？ご参加お待ちしております。

※毎週火曜日/午後2時～午後4時※

12日(火)、19日(火)、26日(火)



(※5日は祝日のためお休みです)



### パソコン開放

パソコンを使ってみたい人がいましたらお気軽にご参加ください！！「1枠30分から予約可能」になりました。ご不明な点がある人はスタッフへお問い合わせください。  
★第2、4土曜日/午後2時～午後4時★  
9日(土)、23日(土)

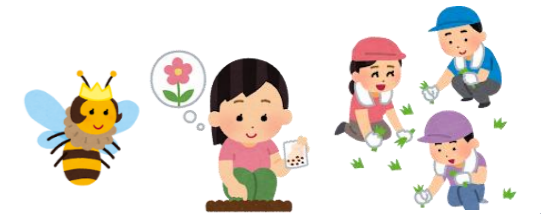


日	月	火	水	木	金	土	
<p>▼(オ)は、オープンスペースです。▼相談電話は、月・火・木・金:午前9:00~午後8:00、土・日:正午~午後8:00となります。▼相談日(月・木:午前9:00~午後7:00、火:午前9:00~12:00)は、事前予約が必要です。オープンスペースの時間でも相談ができます。スタッフにお声かけください。</p> <p>▼プログラムの申込は前月25日からです。▼パソコン教室は資料代として各50円かかります。</p> <p>▼プログラムや行事は、災害や荒天等状況により中止になることがあります。</p>						<p>★災害伝言 ダイヤル171 正午~7:00(オ) ①2:00~4:00 SST①</p>	<p>正午~7:00(オ) ①1:30~2:00 お口・いきいき体操 ②2:00~3:30 卓球</p>
<p>3 憲法記念日(開所) 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談</p>	<p>4 みどりの日 休み </p>	<p>5 こどもの日 休み </p>	<p>6 休み</p>	<p>7 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>8 正午~7:00(オ) ①正午~1:00 昼食会(カレー、 参加費300円) ②2:00~4:00 SST②</p>	<p>9 正午~7:00(オ) ②2:00~4:00 パソコン開放①</p>	
<p>10 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談 ①10:00~11:30 サポーター養成講座 ②2:00~3:00 メンバー ミーティング</p>	<p>11 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>12 午前:相談日(予約制) 正午~7:00(オ) ①1時/2時/3時/4時 パソコン教室①(資料代50円) ②2:00~4:00 花くらぶ ③3:00~3:30 街清掃 (きららに2:50集合2:55出発)</p>	<p>13 休み</p>	<p>14 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>15 正午~7:00(オ) ①正午~1:00 昼食会(しょうが焼き 参加費300円) ②2:00~4:00 SST③</p>	<p>16 正午~7:00(オ) ②2:00~3:00 茶道体験 (参加費 100円) ③3:30~5:00 わくわく! 囲碁体験</p>	
<p>17 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談</p>	<p>18 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>19 午前:相談日(予約制) 正午~7:00(オ) ①1時/2時/3時/4時 パソコン教室②(資料代50円) ②2:00~4:00 花くらぶ</p>	<p>20 休み</p>	<p>21 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>22 正午~7:00(オ)</p>	<p>23 正午~7:00(オ) ①10:00~11:30 ぴあまっぴ ②2:00~4:00 パソコン開放②</p>	
<p>24/31 正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話相談</p>	<p>25 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>26 午前:相談日(予約制) 正午~7:00(オ) ①1時/2時/3時/4時 パソコン教室③(資料代50円) ②2:00~4:00 花くらぶ</p>	<p>27 休み</p>	<p>28 (オ)なし 相談日(予約制)</p>	<p>29 正午~7:00(オ)</p>	<p>30 正午~7:00(オ) ①1:00~1:30 茶話会</p>	

3:00~5:00  
はな  
花でつながる  
交流会

### 花でつながる交流会

日時: 5月10日(日) 午後3時~午後5時  
場所: 練馬区立練馬図書館花壇・生涯学習センター会議室  
みどり環境ネットワーク!と江古田ミツバチ・プロジェクトのみなさんとの交流会を行います。  
両団体とは、イベントなどを通じて交流が深まり、7月に開催される「ねりま環境まなびフェスタ」に共同出展する予定です。交流会に参加することで、お互いの活動や思いを知り合い関係性を深めるとともに、交流会に来てくれた地域の人たちにきららや障害について少しでも知ってもらう機会になればと思っています。当日は、図書館の花の植え替えや押し花用のお花の採取、お互いの活動紹介などを行います。摘み取ったお花は環境まなびフェスタの「押し花しおり体験」で使用します。初めての人も大歓迎!ぜひ一緒に楽しみましょう!



### 報告

#### 出張きららin光が丘

3月16日(月)の出張きららin光が丘はバードサンクチュアリで、練馬の自然に触れてみようをテーマに野鳥観察を行いました!  
ボランティアガイドの増永さんに鳥の種類やどこにいるか教えていただきながら、みんなで夢中になって望遠鏡で野鳥を探しました。「時間を忘れるとても楽しい体験だった」との感想もありました♪

