

たけのこ

へいせい ねん ねん がつごう
平成30年(2018年)10月号 No.179

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ょうぎかい
発行責任者：社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会

とよたましょうがいしゃちいきせいかつしえん しょうちょう きくち きよこ
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

じゅうしよ 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/department/kirara>

あか はね
赤い羽根
きょうどうぼきん きょうりよく
共同募金にご協力
ねが
をお願いします。



練馬区社会福祉協議会

ネリー

とよたましょうがいしゃ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 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。

10月の おすすめ プログラム



◆話そう会(仮称)

10月7日(日) 2時～3時

とうじしゃかつどう
当事者活動

「話そう会」は、メンバーの「みんなで話し合える場が欲しい」という声から今年スタートした新しいプログラムです。7月に開催した第1回目では、「参加のルール」「話したいテーマ」について話し合いました。第2回目となる今回は、まだ仮称であるプログラム名の検討を中心に話し合う予定です。1回目参加者はもちろん、初めてのの方の参加もお待ちしています。

◆出張きららin光が丘 ～バスボム(入浴剤)～

10月15日(月) 1時～3時

場所：光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナー

参加費：100円 ※事前申込をお願いします。



10月の出張きららin光が丘は、昨年大好評だった「バスボム作り」をします。バスボムとは、お風呂に入るとシュワーっと溶け出し良い香りと肌へのしっとり感を与えてくれるバスアイテムです。参加の方は、光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナーにお集まりください。

◆料理教室

10月21日(日) 12時30分～2時30分

メニュー「とうふティラミス」

参加費：200円

10月の料理教室はスイーツ作りです。料理教室は昨年度から男性版・女性版で分けずに「料理教室」として統合しています。今回はみなさんからリクエストいただいた手軽に作れるスイーツです。一緒においしいスイーツづくりをしましょう！メニューの詳細はスタッフまでお問い合わせください。



10月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	1 (オ)なし 相談日(予約制) ☎ 9:00～正午 就労実習体験	2 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	3 やす 休み	4 (オ)なし 相談日(予約制)	5 正午～7:00(オ) ☎ 2:00～4:00 SST①	6 正午～7:00(オ) ☎ 1:30～3:30 いきいき体操・卓球
7 正午～7:00(オ) ☎ 10:00～正午 サポーター養成講座 (ういんぐ) ☎ 2:00～3:00 話そう会(仮称)	8 体育の日のため やす 休み 	9 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	10 やす 休み	11 (オ)なし 相談日(予約制)	12 正午～7:00(オ) ☎ 正午～ 昼食会 「美味しいカレー」 参加費300円 ※当日は12:30までにきらら にお越しください。 ☎ 2:00～4:00 SST②	13 正午～7:00(オ) ☎ 2:00～3:00 茶道体験 参加費100円 ☎ 2:00～4:00 パソコン開放
14 全館清掃のため やす 休み 	15 (オ)なし 相談日(予約制) ☎ 1:00～3:00 出張きららin光が丘 「バスボム作り」参加費100円 ☎ 2:00～4:00トライアルゼミ 「B型作業所見学」 ※詳しくはスタッフまで	16 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	17 やす 休み	18 (オ)なし 相談日(予約制) ☎ 4:30～5:30 囲碁教室	19 正午～7:00(オ) ☎ 正午～ 昼食会 「挽肉ともやしのまとめ 焼き」 参加費300円 ※当日は12:30までにきらら にお越しください。 ☎ 2:00～4:00 SST③	20 正午～7:00(オ) ☎ 2:00～5:00 誰でも参加できるSST 講師:村本好孝氏
21 正午～7:00(オ) ☎ 12:30～2:30 料理教室 「とうふティラミス」 参加費200円 ※詳しくはスタッフまで	22 (オ)なし 相談日(予約制)	23 午前：相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ☎ 2:00～4:00花くらぶ	24 やす 休み	25 (オ)なし 相談日(予約制)	26 正午～7:00(オ) ☎ 1:00～ オープンきらら	27 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
28 正午～7:00(オ) ☎ 2:00～4:00 就労実習体験 ☎ 3:00～4:00 音楽を語る会	29 (オ)なし 相談日(予約制)	30 午前：相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ☎ 2:00～4:00花くらぶ	31 やす 休み	▼(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1週目の月曜日が練馬デイサービスセンター、4週目の日曜日が光が丘LMINです。		

< お知らせ >

●オープンきらら
10月26日(金) 1時～
多くの人にきららについて
知っていただく機会とすること
を目的に、今年度まずは
「関係機関や事業所を対象と
した施設公開」の内容で開催
します。オープンスペース開
所日での開催となりますが、
ご協力をお願いします。

●誰でも参加できるSST
10月20日(土) 2時～5時
講師:村本好孝氏
(SST普及協会認定講師)
場所:きらら交流室
誰でも参加できるSSTは
きららのメンバーに加えて、
家族・関係者など「誰でも」
参加できます。家族や友人、
または職場の同僚や上司との
やりとりなど、日頃のコミュ
ニケーションについて一緒に
練習してみませんか？

●トライアルゼミ
10月15日(金) 2時～4時
毎月第4金曜日に行ってい
るトライアルゼミですが、今
月は10月15日(月)に日程が
変更となっています。今月
は、就労継続支援B型事業所
「ユニバースショップ」へ見
学に行きます。参加希望の方
は、スタッフまでお問い合わせ
ください。

お掃除
8月5日(日) 参加者:20名

きららメンバーと地域のボランティアで大掃除を行いました。暑い中でしたが、所内からベランダまでキレイさっぱりになりました。振り返りの中では、「掃除を通じて誰もが安心安全に使える場所になれば良い」と意見が挙がりました。



出張きららin光が丘
8月20日(月) 参加者:12名

毎年フラダンスの先生をお招きし、ハワイの豊かな自然を体現した振り付けと優雅なステップを教えていただきました。優雅な動きとは裏腹にハードであり、楽しみながらもしっかりと体を動かすことができました。終盤では音楽に合わせて通して踊ることができ、さわやかな達成感を体験することができました。



ほうこく
報告

誰でも参加できるSST
8月24日(金) 参加者:29名

第20回目は、SST普及協会認定講師の吉田みゆき先生をお迎えして開催しました。今回も「誰でも参加できるSST」の名前のとおり、メンバー・家族・支援者それぞれの立場から参加がありました。日常のコミュニケーション場面で悩んでいたことや気になっていたことなどを練習し、「思いきって悩んでいたことを話してよかった」「世代の違う人の考えが聞けて参考になった」などの感想があがりました。

茶話会
8月25日(土) 参加者:27名

今回は、実習生の挨拶の後、食中毒への注意の話題から始まりました。冷蔵庫に入っていたからといって油断をしない、肉や魚を調理したまな板はしっかり洗う、もしお腹を壊したらゆっくり休む、といった注意事項が紹介されました。他にはメンバーから「平和台体育館の『みんスポ』は思い切り卓球ができる」「茶道教室は終了後の余韻も趣深い」「音楽を語る会は気楽に覗いて下さい」などのコメントがありました。

とよたましやう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



- 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
とよたましやう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。

