



6月のスケジュール!!
新しい時代も楽しく過ごしましょう!



すずらん

これからだんだんと
あつくなってくるので、
しっかり水分補給して
いきましょう!



令和元年(2019年)6月号(No.122)

発行責任者: 社会福祉法人練馬区社会福祉協議会 石神井障害者地域生活支援センターういんぐ 所長 益子恵明

石神井障害者地域生活支援センターういんぐは、障害のある人たちが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。

日	月	火	水	木	金	土
※ は、お休みです。 ※ (オ) はオープンスペースです。 ※ プログラムの申込みは前月の25日からです。						1 しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～3:00 卓球 えーるフェスティバル→P3
2 しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～3:30 ある たい 歩き隊! えーるフェスティバル→P3	3 しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～5:00 増野先生のサイコドラマ ※要予約→P2	4 しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～ パソコン教室①(参加費50円) 2:00～3:30 きれいにし隊! 花組	5 ごぜん 午前: 相談(予約制) しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～ パソコン教室①(参加費50円) 2:00～3:30 きれいにし隊! 花組	6 (オ)なし 相談日(予約制)	7 (オ)なし 相談日(予約制)	8 しょうご 正午～7:00(オ) 3:30～5:00 IMR①
9 しょうご 正午～7:00(オ) 10:00～正午 休-タ-養成講座 2:00～3:30 創作の日	10 しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～4:00 映画会 『万引き家族』 →P2	11 しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～ パソコン教室②(参加費50円) 2:00～3:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊	12 ごぜん 午前: 相談(予約制) しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～ パソコン教室②(参加費50円) 2:00～3:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊	13 (オ)なし 相談日(予約制)	14 (オ)なし 相談日(予約制) 1:00～3:00 出張ういんぐ 関町→P2	15 しょうご 正午～7:00(オ) 3:30～5:00 IMR②
16 しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～3:30 なでしこ会 →P3	17 しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～3:00 茶道体験 さんかひ (参加費100円)	18 しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～ パソコン教室③(参加費50円) 2:00～3:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊	19 ごぜん 午前: 相談(予約制) しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～ パソコン教室③(参加費50円) 2:00～3:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊	20 (オ)なし 相談日(予約制)	21 (オ)なし 相談日(予約制)	22 しょうご 正午～7:00(オ) 10:00～正午 ぴあまつ 1:30～2:30 利用者懇談会→P4 3:30～5:00 IMR③
23 しょうご 正午～7:00(オ)	24 しょうご 正午～7:00(オ) 1:30～3:30 つぼみの会	25 しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～3:00 きれいにし隊!	26 ごぜん 午前: 相談(予約制) しょうご 正午～7:00(オ) 2:00～3:00 きれいにし隊!	27 (オ)なし 相談日(予約制)	28 (オ)なし 相談日(予約制) 1:00～3:00 出張ういんぐ 大泉→P2	29 しょうご 正午～7:00(オ) 3:30～5:00 IMR④
30 しょうご 正午～7:00(オ) 5:30～ 持ち寄り夕食会	※IMRは「リカバリーと病気の自己管理」です。 ※『つぼみの会』は高次脳機能障害者と家族の会です。 ※出張ういんぐは関町と大泉のホ-ンティア・地域福祉推進J-ナ-で行っています。 ◆電話相談は月・水・木・金: 午前9:00～午後8:00、土・日: 正午～午後8:00です。 ◆面接相談は事前予約が必要です。オープンスペースの時間に随時相談できます。スタッフにお声かけください。					



❖ 職員からのご挨拶 ❖

はじめまして。5月よりういんぐへ入職いたしました、青木美里と申します。初めてな事ばかりで、皆様に様々な事を教えて頂きながら、皆様と関わらせて頂けたらとおもっております。これから、どうぞよろしくお願い致します。

青木美里



あたら
新しい職員が
入りました！

☆ 映画会のお知らせ ☆

まんび かぞく 『万引き家族』

(2018年/日本/120分)

日時：6月10日(月) 2:00~4:00

場所：ういんぐ交流室



家族ぐるみで軽犯罪を重ねる一家の姿を通して、人と人とのつながりを描いたヒューマンドラマ。第71回カンヌ国際映画祭において、最高賞である「パルム・ドール」を獲得しました。

ういんぐの映画会は出入り自由です！

途中で抜けても途中からの参加も大歓迎です☆

◆出張ういんぐのお知らせ◆

出張ういんぐ・関町 ☎03-3929-1467

場所：関町ボラティア・地域福祉推進コーナー

日時：6月14日(金) 1:00~3:00

(毎月第2金曜日)

『おしゃべりビンゴ!』

みんなで盛り上がりましょう！



出張ういんぐ・大泉 ☎03-3922-2422

場所：大泉ボラティア・地域福祉推進コーナー

日時：6月28日(金) 1:00~3:00

(毎月第4金曜日)

『朗読を楽しもう』

ボランティアが来てくださいます！



■「サイコドラマ」&「夢見るカメレオン」って何?■

「サイコドラマ」とは、J.L.モレノという精神科医によって創始された集団精神療法です。現在では、医療の領域だけでなく精神保健福祉や自己啓発研修にも用いられています。サイコドラマの第一人者である増野肇先生は「サイコドラマは『プレイ』『遊び』のようなもの。幅を広げたり、新しいことを見つけたりする。つまり難しく考えず、みんなでやってみればわかる、まずはやってみましょう!」とおっしゃっています。ドラマの中で課題を乗り越え、様々な役割を演じて、様々な状況を生きることで体験を広げることでもあります。また体を動かして心にあるものを表現したり、昔を思い出したり、みんなで協力して1つのドラマを創り出す楽しみもあります。

「夢見るカメレオン」では、サイコドラマのウォーミングアップの部分メンバーとスタッフで行っています。「夢見るカメレオン」というユニークな名称は、「演じる中で自分たちが様々なものに变化していく、まさに色を自由に変えられるカメレオンみたい!」というメンバーからの意見で決まったネーミングです!

6月3日(月)の「サイコドラマ」では、増野先生にお越しいただきます。初めての方も大歓迎です!是非、増野先生のサイコドラマにお越しください!

「サイコドラマ」も
「夢見るカメレオン」も
よろしくお願いします♡



♡なでしこ会報告とお知らせ♡

4月21日（日）に、4名のメンバーと職員2名で石神井ふるさと文化館に行きました！お天気に恵まれ、地元に住むメンバーが素敵なルートを考えてくださり、石神井公園の木々の新緑や春の花を楽しみながら向かいました。企画展『練馬の川と文化～人々と水とのかかわり～』が開催されていました。区内を流れる石神井川、白子川、千川上水とくらしのかかわりを豊富な写真などを通して知ることができました。館内はアロマの良い香りがしました。メンバーから石神井公園ふるさと文化館の「1階にある、うどん屋がおいしい」など耳より情報も寄せられました。帰りの石神井公園の中から、クラシックの名曲を奏でるバイオリンの音色が聞こえ、目も鼻も耳も楽しむことができたひとときとなりました。お茶を飲みながら「展示物を見て練馬についてより興味を持った」といった感想やなでしこ会で取り組んでみたいことなどを話しました。

【次回のなでしこ会】

内容：『あじさいのブーケを作ろう☆』

日時：6月16日（日）2:00～3:30

場所：ういんぐ交流室

対象：ういんぐメンバーの女性



※えーるフェスティバルのお知らせ※

ういんぐでは毎年、男女共同参画センターえーるで行われる「えーるフェスティバル」にて、駐輪場の自転車整理のお手伝いをしています。

今年も一緒に自転車整理をするメンバーを募集します！参加ご希望の方は、スタッフまでお知らせください。

日時：6月1日（土）1:00～4:00頃

6月2日（日）1:00～4:00頃

場所：男女共同参画センターえーる

※終了後、ういんぐ交流室にて振り返りを行います。

帽子や適度な水分補給など、暑さ対策をして元気に活動しましょう！

各日程1日だけの参加でも、1時間のみの参加でも大歓迎です！



★七夕笹飾り作りのお知らせ★

ういんぐを会場に、七夕の笹飾りを作るイベントを開催します。地域の皆さんと一緒に、作って飾って楽しめる、七夕の笹飾りを作ってみませんか？

日時：7月7日（日）2:00～4:00

場所：ういんぐ交流室

共催・企画：練馬まち環境倶楽部

さくねん ようす
昨年の様子



たくさんの参加お待ちしております！

お知らせ

練馬区で生活保護を受給されている方は、ういんぐ通所時の交通費が支給されます。詳しくは福祉事務所の担当ケースワーカーにお問い合わせください。

●利用者懇談会報告●

4月20日(土)にメンバー・スタッフあわせて11名が参加し、平成最後の利用者懇談会が開催されました。新しくういんぐのスタッフになった職員も4名参加しました。

はじめに自己紹介やみなさんの近況、今日の気分などを聞きました。今年は10連休という大型連休となるゴールデンウィークを前に、「どう過ごしたら良いか」「お金のかからない過ごし方はないか」などの話がありましたが、メンバーから「漫画を読んだりDVDを見たりして過ごすのもいいかも」「石神井は緑も多いので散歩をしては。健康にも良さそう」「日頃お世話になっている人へ手紙などを書いてみては」など様々な意見があがりました。

また、今後やってみたいことをテーマに話し合いました。「陶芸で作ったものをプレゼントしたい」「家の片づけをしたい」などの話に、みなさんからも称賛の声が上がって、とても盛り上がりました！

利用者懇談会は、月に一度、メンバー・スタッフ共にういんぐについて考え、話し合うプログラムです。今月は、6月22日(土) 1:30~2:30に行います。みなさんのご参加をお待ちしています！



▲「ういんぐ」ご利用にあたって▲

- ゴミはお持ち帰りください。
- 全館禁煙です。施設周辺での喫煙もご遠慮ください。
- 車での来所はご遠慮ください。自転車は所定の駐輪場をご利用ください。
- 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。



★西武池袋線石神井公園駅より徒歩8分
石神井公園駅西口を出て左折し、線路沿いを道なりに進み、男女共同参画センターえーるがある交差点を左折し、高架下をくぐり右折すると左手にレンガ色の建物（ういんぐ・石神井保健相談所）があります。

〒177-0041 練馬区石神井町7-3-28 1階

（併設：石神井保健相談所）

TEL：03-3997-2181

FAX：03-3997-2182

ホームページ：

<https://www.neri-shakyo.com/departments/wing>

石神井障害者地域生活支援センターういんぐ

