

たけのこ

令和2年(2020年)1月号 No.194

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>

今年も
よろしく
お願いします



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。

おすすめ プログラム

いきいき体操・卓球

★1月4日(土) 1時30分～3時30分

2020年最初のプログラムです。年の初め、なかなか正月休み気分から体が抜けられない時期かと思います。きららで一緒に運動しませんか？いきいき体操で体をほぐし、卓球で汗をかきましょう♪



茶道体験

★1月18日(土) 2時～3時

★参加費100円

1月の茶道は「初釜」と呼ばれ、「花びら餅」という特別な和菓子が振るまわれます。ぜひご参加下さい。プログラムは2～3時ですが、準備と片付けまでを含めて茶道体験です。1時頃から準備を始めます。無理のない範囲で一緒に行いましょう。



年金講座

「ご本人とご家族」を対象とした障害年金講座も今年で8回目を迎えました。

★1月19日(日) 2時～4時30分

★講師：川尻法夫氏(社会保険労務士)

河内よし氏(社会保険労務士)

★対象：障害年金に興味のある方

★申込締切：1月10日(金)

★申込方法：申込書に必要事項をご記入の上お申し込みください

出張きららin光が丘

～友禅型染～

★1月20日(月) 1時～3時

★集合場所：光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナー(光が丘区民センター6階)

★参加費100円

友禅型染とは、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一つです。ぜひご参加ください。





1月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
▼(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。▼就労実習体験は1月20日の月曜日が練馬デサービスセンター、1月26日の日曜が光が丘LIVINです。			1 年始のため 休み	2 年始のため 休み	3 年始のため 休み	4 正午～7:00(オ) ◎1:30～3:30 いきいき体操・卓球
5 正午～7:00(オ)	6 (オ)なし 相談日(予約制)	7 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	8 休み	9 (オ)なし 相談日(予約制)	10 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 SST①	11 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 パソコン開放
12 正午～7:00(オ) ◎10:00～正午 サポーター養成講座(ういんぐ) ◎1:15～ ねんきん相談会 (予約制)	13 成人の日のため 休み 	14 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	15 休み	16 (オ)なし 相談日(予約制) ◎4:30～5:30 囲碁教室	17 正午～7:00(オ) ◎正午～昼食会 参加費300円 「豚のしょうが焼き」 ※当日は、12:30までにきららにお越しください。 ◎2:00～4:00 SST②	18 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:00 茶道体験 参加費100円
19 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:30 ねんきん講座	20 (オ)なし 相談日(予約制) ◎9:00～正午 就労実習体験 ◎1:00～3:00 出張きららin光が丘 参加費100円「友禅型染」	21 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	22 休み	23 (オ)なし 相談日(予約制)	24 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 SST③	25 正午～7:00(オ) ◎10:00～正午 ぴあまっぴ ◎1:00～1:30 茶話会 ◎1:30～2:30 苦情解決第三者委員巡回 ◎2:00～4:00 パソコン開放
26 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:30 音楽を語る会 ◎2:00～4:00 就労実習体験	27 (オ)なし 相談日(予約制)	28 午前:相談日(予約制) 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00花くらぶ	29 休み	30 (オ)なし 相談日(予約制)	31 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 トライアルゼミ 「リカバリー志向の就労支援(IPS)～」※詳しくは、スタッフにお問い合わせください。 	

お知らせ

●年末年始休み

きららは12月29日(日)～1月3日(金)がお休みです。電話相談・オープンスペースは1月4日(土)からです。本年もよろしくお願いいたします。

●利用者アンケート

きららでは、12月1日から1月31日まで利用者アンケートを行っています。これからもより良いきららにしていけるため、みなさんのご意見をお待ちしています。ご協力お願いいたします。

●赤い羽根共同募金、歳末たすけあい運動募金にご協力ありがとうございます。

きららを運営している練馬区社会福祉協議会では、民生児童委員、町会連合会の方たちと協力し、地域活動・団体・施設の活動に役立てるため、10月からの赤い羽根共同募金・12月の歳末たすけあい運動募金等の募金活動を行いました。街頭募金、きらら窓口等での協力ありがとうございました。

●苦情解決第三者委員巡回

1月25日(土)1時30分～2時30分
外部の第三者委員がメンバーのみなさんからご意見を聴く、巡回日です。今回は、山彦作業所の坂元所長がいらっしゃいます。きららがより良いセンターとなるようご意見をお聞かせください

西の市

11月8日(金) 参加者:40名

11月20日(水) 参加者:35名

毎年、大人気のきららのおしるこ。二の西は事前の予測を大幅に超えたお客さんが多く来られ、例年より早い完売となりました。

お疲れ様会でも、「もっといっぱい売れたのに、早く完売しちゃって悔しい！」など、来年に向けた多くの意見が出ていました。



茶話会

11月30日(土) 参加者:22名

今回の茶話会は「明日は災害用品点検の日」という話題で始まり、災害伝言ダイヤル171の使用方法を確認しました。11月24日のボッチャ体験の報告では「難しいけど楽しかった」等の感想が話されました。またメンバーから、「テーブルの上の将棋盤が落ちたら脚が取れるのでは？」という議題が挙がり、皆で話し合った結果、一時的に和室に置くことが決まりました。

ほうこく報告

ボッチャ体験
11月24日(日) 参加者:34名

新企画としてガールスカウト東京都第172団と共催で「ボッチャ体験」を実施しました。交流室をめいっぱい使って体を動かしました。ほとんどの方が初心者で、ルール説明から練習、対抗戦が行われました。年齢、体格差に関わらず誰でも楽しめるスポーツでした！またやりたいとの感想が多く挙がりました。



花くらぶ ~植え替え~

10月から12月にかけて秋冬の花の植替えを行いました。近くを通った際は、ぜひ立ち寄ってみてください。



つつじ公園



デイサービス



ねりまとしょかん 練馬図書館

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

※駐車場は緊急車両専用のため車でのご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。

