



4月のスケジュール!!
新年度が始まります!

ういんぐ

新年度を迎えますが、それぞれのペースでいいスタートを切っていきましょう。



令和3年(2021年)4月号(No.144)

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。


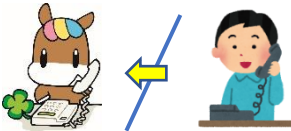

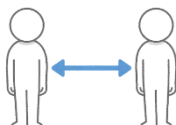



日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	
※はお休みです。 ※(オ)はオープンスペースです。 ※プログラムは予約制です。申し込みは前月の25日からです。 ※令和3年度の手話による相談対応日は、 奇数月は土曜日、偶数月は日曜日 です。 ※『つぼみの会』は高次脳機能障害者と家族の会です。					(オ)なし 相談日 (予約制)	(オ)なし 相談日(予約制)	正午~7:00(オ) 1:00~2:30 卓球
4	5	6	7	8	9	10	
正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話通訳者	正午~7:00(オ)		午前: 相談(予約制) 正午~7:00(オ) 1:00~ パソコン教室①(資料代50円) 2:00~3:30 きれいにし隊! 花組	(オ)なし 相談日 (予約制)	(オ)なし 相談日(予約制) 1:00~2:00 出張ういんぐ 関町→P3	正午~7:00(オ) 2:00~3:30 あるだいき 歩き隊! <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> 日時にご注意 ください。 </div>	
11	12	13	14	15	16	17	
正午~7:00(オ) 10:00~11:00 サポーター 養成講座 1:00~4:00 手話通訳者	正午~7:00(オ) 2:00~4:00 みんなドラマ		午前: 相談(予約制) 正午~7:00(オ) 1:00~ パソコン教室②(資料代50円) 2:00~3:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊	(オ)なし 相談日 (予約制)	(オ)なし 相談日(予約制)	正午~7:00(オ) 2:00~3:00 創作の日 <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> 日時にご注意 ください。 </div>	
18	19	20	21	22	23	24	
正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話通訳者	正午~7:00(オ)		午前: 相談(予約制) 正午~7:00(オ) 1:00~ パソコン教室③(資料代50円) 2:00~3:00 きれいにし隊!	(オ)なし 相談日 (予約制)	(オ)なし 相談日(予約制) 1:00~2:00 出張ういんぐ 大泉→P3	正午~7:00(オ) 10:00~11:00 ぴあまっぴ 1:30~2:30 利用者懇談会→P2	
25	26	27	28	29	30		
正午~7:00(オ) 1:00~4:00 手話通訳者	正午~7:00(オ) 1:30~2:30 つぼみの会		午前: 相談(予約制) 正午~7:00(オ) 2:00~3:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊	昭和の日 	(オ)なし 相談日(予約制)	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; text-align: center;"> 手洗い うがい 忘れず! </div>	

- ◆面接相談は事前予約が必要です。
- ◆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。

！ういんぐのご利用にあたって！

ういんぐでは、新型コロナウイルスの感染防止対策として、ご利用いただく際に以下のご協力を
 お願いしています。ご理解・ご協力の程お願いいたします。プログラムの時間は通常通り（パソコン
 教室は50分）とさせていただきますが、内容によっては変更となる場合があります。

<ういんぐ利用時のお願い>

<p>①ご利用は 1日1回 120分（2時間）まで です。</p> 	<p>②オープンスペースの 定員は、上限を12名 とさせていただきます。 12名を超えた場合は お待ちいただくことが あります。</p>	<p>③プログラムは 予約制 です。事前にご連絡・ ご相談下さい。</p> 	<p>④来所したら受付前に 検温</p>  <p>消毒しよう 手も洗おう 利用者受付簿の記入を お願いします。</p>
<p>⑤話をするときには、 適度な距離（1m程度） を保ってください。</p> 	<p>⑥必ずマスクの着用 をお願いします。着用 を困難な方は、ご相談く ださい。</p> 	<p>⑦食事はご遠慮くださ い。</p> 	<p>⑧咳や発熱などの場合 や同居するご家族等 同症状で体調不良 の方がいる場合は ご利用をお控え ください。</p> 

今後、新型コロナウイルスの感染拡大状況等により、利用方法の変更や中止となることもござい
 ます。最新の情報については随時ホームページ（<http://www.neri-shakyo.com/department/wing>）
 をご確認ください。

【4月中止のプログラム】
 ①夕食会 ②茶道教室



利用者懇談会

2月27日（土）に利用者懇談会を開催し、
 9名が参加されました。最初に、最近の出来事
 や体調の変化について話をしました。今回の
 話題の中には、「新型コロナウイルスのワクチン
 接種」についての話がありました。テレビやニ
 ュース等で様々な情報があり、分かりづら
 いということや、実際には自治体によって時期や
 接種場所も異なるので、かかりつけ医や練馬区
 のホームページ等で情報を確認していきまし
 ょうということなどの共有を行いました。
 次回は、**4月24日（土）1:30~2:30**です。

国際交流会

2月20日（土）に大澤はるみコンタバリご
 夫妻をお招きし、「イタリア」をテーマに国際
 交流プログラムを行いました。実際にイタリ
 アにお住まいだった時の経験や文化について
 写真を用いて説明をしていただきました。
 参加者からも
 「イタリアに旅行
 した気分になった」
 など好評で、
 大変貴重な時間と
 なりました。



つぼみの会学習会

2月22日(月)に「つぼみの会学習会」を開催しました。今回はつぼみの会 会員である保坂勝子さんを講師に、「高次脳機能障害になった息子のこれまで～受傷後30年の家族との歩み～」というテーマで行いました。パワーポイントで当時の写真を振り返りながら、交通事故からご家族の懸命な看護を経て、奇跡的に一命をとりとめたこと、同室の友人の方と励まし合ったこと、その後、医療的なリハビリテーションを経て歩くことができるようになったこと…数々の数えきれないエピソードがあるなかで、厳選してお話をさせていただきました。

参加された方からは「長い間 必死に頑張ってきた保坂さんの軌跡をお聞きすることができ、とても良かったです。保坂さんのお話に勇気づけられる方がいると思います」「支えてくれる家族がそばにいて心強いと思います」といった感想をいただくことができました。

当日の資料の一部を紹介します。

しかし...

見た目にはわからない、多くの生きづらさを抱えている

注意障害 遂行機能障害	社会的行動障害 身体障害者手帳：1種1級 (体幹機能障害)
左半側空間無視	視力低下
複視	失認
失行	記憶障害
左半身不全麻痺	精神福祉手帳：2級 (高次脳機能障害)
障害支援区分4	地誌的障害
	夜尿
	右足関節視覚障害不全治癒後の疼痛

戸惑い

～「スプガイショウ」の人はワガママだから一喝すれば治りますよ?!～

「スプガイショウ」とは…頭部外傷の事
高次脳が未だ知られていない時期に
役所の方にこんなことを言われ戸惑ったこともあった。

一方で…
身障センターのOTさんから
「お母さんむしろおやすみください」と
優しい言葉をかけて頂いたこともありました。
家族支援に感謝です。



★出張ういんぐ!★

出張ういんぐ・関町 ☎03-3929-1467

場所：関町ボランティア・地域福祉推進コーナー

日時：4月9日(金) 1:00~2:00

(毎月第2金曜日)

『春の散策☆』

武蔵関公園へ春を探しに行きましょう♪

参加費：無料

出張ういんぐ・大泉 ☎03-3922-2422

場所：大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー

日時：4月23日(金) 1:00~2:00

(毎月第4金曜日)

『マジックを楽しもう!』

ボランティアさんがマジックを披露します!

参加費：無料

出張ういんぐ!に参加しませんか?

ういんぐに行きたい!…でも石神井公園は遠い!!そんな方は、いらっしゃいませんか?

ういんぐでは毎月1回ずつ、①関町ボランティア・地域福祉推進コーナー(関町北1-7-14 関町リサイクルセンター1階)(毎月第2金曜日)と②大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー(東大泉2-8-7)(毎月第4金曜日)にて「出張ういんぐ」を2カ所で行っています!

出張ういんぐでは散策や創作活動、ゲーム、ボランティアの皆さんとの交流等様々なプログラムを企画しています。また、その場でういんぐの職員と相談することも可能です。ういんぐに登録していない方の参加も大歓迎です!参加ご希望の方は出張ういんぐ各コーナーまで事前にお申し込みください。ご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。



ういんぐスタッフより
1年間を振り返ってみて...



なでしこ会
2月21日(日)のなでしこ会は、「やすらぎ体操」と題し、「ねりま ゆる×らく体操」を中心
に足つぼ等を含めた、体操を行いました。それ
ぞれのリラックス方法について話し、日頃動か
せていない身体を動かした事で参加者の方々より
「体操やマッサージ、皆さんの話も聞けて良
かった」「深呼吸の方法など静かにやれて良
いですね」等の感想をいただきました。体操
を通して、皆さんと和やかな時間を過ごす
ことが出来ました。



経験したことの無い不安な
1年でした。オープンス
ペース再開後変わらない皆さん
に会えた時とても嬉し
かったです。(岡田スタッフ)



皆と一緒にこのコロナを
乗り越えようと思
いながら、毎日希望を持
っています。(林スタッフ)

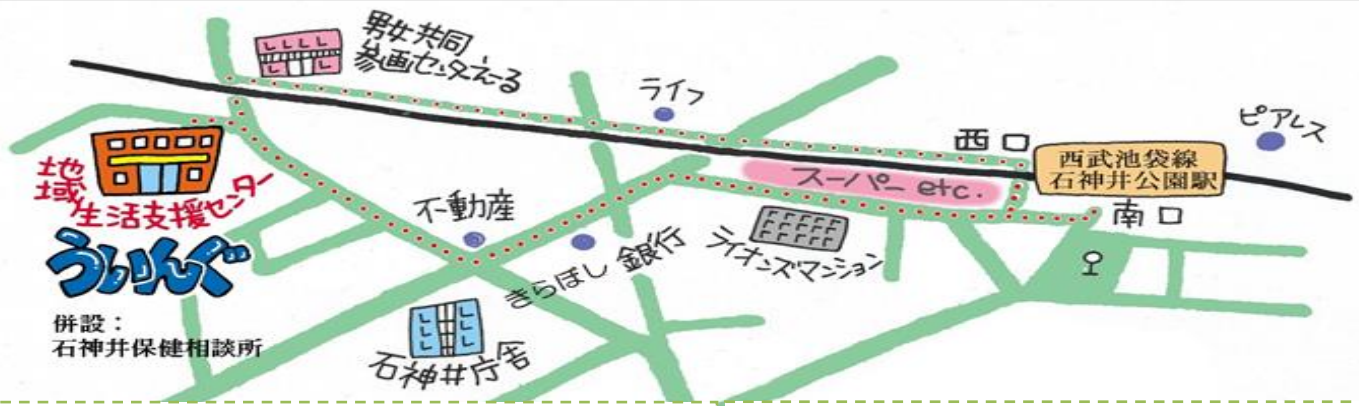
【次回のなでしこ会は…】

次回よりなでしこ会は、奇数月の第2日曜日
で開催することになりました。
次回は5月9日(日)2:00~3:30です。



▲「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 東京都練馬区石神井町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/department/wing>
石神井障害者地域生活支援センターういんぐ

