

たけのこ

令和4年(2022年)2月号 No.219

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/>

2月と言えば…、
節分、立春、
バレンタインデー、
春一番が吹く頃です！



練馬区社協キャラクター
ネリー

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。

2月のプログラム

誰でも参加できるSST

日時：2月13日(日) 午後2時～午後5時
「誰でも参加できるSST」は、きららのメンバーに加えて、家族、支援者など「誰でも」参加することができます。家族や友人、または職場でのやりとりなど、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？
なお、感染症拡大の状況により開催方法が変更になる可能性があります。ご注意ください。

出張きらら in 光が丘

日時：2月14日(月) 午後1時～午後3時
國島 良臣さん(ボランティアガイド)を講師にお招きし、平日は入れない光が丘公園バードサンクチュアリで、野鳥の生態や野鳥を見つけるポイントについて教えていただきます。
ぜひ一緒に冬の外出を楽しみましょう。当日は動きやすい服装で、光が丘ボランティアコーナーにお越しください。



花くらぶ

- 春の兆しを感じられる2月の花を楽しもう。
- 2月1日(火) 午後2時～午後4時
活動場所：つつじ公園
 - 2月8日(火) 午後2時～午後4時
活動場所：練馬図書館
 - 2月15日(火) 午後2時～午後4時
活動場所：練馬デイサービスセンター
 - 2月22日(火) 自主活動(花壇,ベランダ等)

クリーン作戦

日時：2月6日、13日、27日(日)の開所中
クリーン作戦は、きららをよりきれいで清潔にするプログラムです。日頃利用している場所のふき掃除をします。オープンスペースに、アルコールスプレー、ペーパー、手袋を準備しますので、ご自由に利用してください。きららの開所中にいつでも行うことができます。
みなさんで楽しく、きれいで安全なきららを作りましょう！





2月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	2月1日 さいがいでんごん 災害伝言 ダイヤル たいけん 体験	1 午前：相談日(予約制) しょうご 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	2 やすみ 休み	3 (オ)なし しょうご 相談日(予約制)	4 しょうご 正午～7:00(オ) ◎2:00～3:30 SST①	5 しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎1:30～2:00 いきいき体操 ◎2:00～3:00 卓球① ◎3:00～4:00 卓球②
6 しょうご 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎1:30～4:15 ねんきんそうだんかい ややくせい ねんきん 年金相談会(予約制/年金 トータルサポート・コスモ しゅまい 主催) ◎2:00～3:00 えいようこうざ 栄養講座	7 (オ)なし しょうご 相談日(予約制)	8 午前：相談日(予約制) しょうご 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	9 やすみ 休み	10 (オ)なし しょうご 相談日(予約制)	11 けんこくきねんび 建国記念日 やすみ 休み	12 しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可
13 しょうご 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎10:00～11:00 サポーター養成講座 (ういんぐ) ◎2:00～5:00 だれ さんか 誰でも参加できるSST	14 (オ)なし しょうご 相談日(予約制) ◎1:00～3:00 しゅつちよう 出張きらら ひかり おか in光が丘	15 午前：相談日(予約制) しょうご 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	16 やすみ 休み	17 (オ)なし しょうご 相談日(予約制)	18 しょうご 正午～7:00(オ) ◎正午～1:00 もくじよく 黙食タイム ◎2:00～3:30 SST②	19 しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎4:30～5:30 いごきょうしつ 囲碁教室
20 ぜんかんせいそう 全館清掃のため やす 休み 	21 (オ)なし しょうご 相談日(予約制)	22 午前：相談日(予約制) しょうご 正午～7:00(オ) ★花くらぶ(自主活動)	23 やすみ 休み	24 (オ)なし しょうご 相談日(予約制)	25 しょうご 正午～7:00(オ) ◎2:00～4:00 トライアル・ゼミ 「働くために必要なマ ナーについて」	26 しょうご 正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話相談可 ◎10:00～11:00 ぴあまっぷ ◎1:00～1:30 茶話会①
27 しょうご 正午～7:00(オ) ★クリーン作戦 ◎1:00～1:30 まわかい 茶話会② ◎2:00～3:00 メンバーミーティング	28 (オ)なし しょうご 相談日(予約制) ★外出! “春みっけ”	▼(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円かかります。▼出張きららin光が丘は、光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナーに集合となります。▼黙食タイム以外でも食事はできます。食べ終わった後の消毒に、ご協力ください。				

お知らせ

【オープンスペースの利用について】

きららのオープンスペースを利用するときは、以下のことにご協力をお願いいたします。

- ①来所時の手洗い、消毒、検温
- ②マスクの着用
- ③周りの人と適度な距離をとる
- ④食事は黙食で
- ⑤体調がすぐれない時は利用を控える

みなさんで健康と安全を守りましょう!

ボランティア 井口明子さん

からのメッセージ

茶道体験のボランティアとしてきららに行きだして十数年経ちました。いつの間にか、きららは私にとっても楽しい居場所になっていました。コロナがこんなに長引いてきららに行くことができなくなり、とても寂しい思いをしています。私は茶道はそこに集まった人同士が、場を共有することで、目に見えない空気感を交流するものだと思います。メンバーさんやスタッフの皆様、今年こそまた会いましょう、交流しましょう。

【外出!“春みっけ”】

2月28日(月)に外出プログラムを行う予定です。感染症拡大の状況によっては中止や変更もありますので、詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

当事者会からのお知らせ

★ 1月9日(日)のミーティング報告 ★

【クリスマスディの振り返り】
「ハンドベルや囲碁、バルーンアート、落語など楽しかった！また来年も来てほしいな」「去年よりも出来る事が多くて楽しかった」

【外出企画】

2月の外出企画についてみんなで話し合いました。感染状況や天候など、様々な課題が…しかし、素敵なアイデアがたくさんでました！外出企画について詳細はスタッフまでお問い合わせください。

● 次回のメンバーミーティングは…

● 2月27日(日)午後2時～午後3時

- ①朗読会
今年度よりお試してスタートし、好評だった朗読会を2月も行います。詩や絵本、曲の歌詞など何でもOK！朗読をする人は事前にスタッフにお伝えください。聞くだけの参加も大歓迎です。
- ②話そう会
話そう会とは、テーマを決めて気軽にみんなで話す会です。一緒に楽しくお話しませんか？♪



【報告】きららのクリスマスディ

12月26日(日)にクリスマスディを開催しました！！今回は初めてボランティアさんをお招きして、ハンドベル、囲碁、バルーンアート、落語と一緒に楽しみました。また、クリスマスメッセージやメンバーが考えたクイズなど内容は盛りだくさん。文房具のプレゼントや飾りもご寄付でいただき、笑顔あふれるクリスマスディとなりました。



とよたましろうがいしや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
- とよたましろうがいしや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。

