



1月のスケジュール!!
今年もよろしくお祈りします!

ういんぐ

それぞれの目標に向かって、1歩ずつ歩みを進めていきましょう!



令和3年(2021年)1月号(No.141)

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




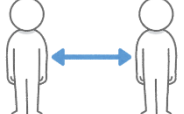



石神井障害者地域生活支援センターういんぐは、障害のある人たちやその家族が地域で孤立せず、安心して自分らしくいきいきとした生活が送れるように一緒に考えサポートするところです。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---------------------------|--|--|--|
| <p>※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。 ※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。</p> | | | | | 1 | 2 |
| <p>おやすみなさい</p> | | | | | <p>元日</p> | <p>年始休み</p> |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| <p>年始休み</p> | <p>正午～7:00(オ) 2:00～4:00 夢見る カメレオン</p> | <p>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→P2</p> | <p>(オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>(オ)なし 相談(予約制) 1:00～2:00 出張ういんぐ 関町→P3</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話通訳者 1:00～2:30 卓球 3:00～5:00 IMR⑰</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話通訳者 3:00～5:00 IMR⑱</p> |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| <p>正午～7:00(オ) 10:00～11:00 サポーター 養成講座 2:00～3:30 歩き隊!→P3</p> | <p>成人の日</p> | <p>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</p> | <p>(オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>(オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話通訳者 3:00～5:00 IMR⑱</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話通訳者 2:00～3:00 ボランティア 講座→P4</p> |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| <p>館内清掃</p> | <p>正午～7:00(オ)</p> | <p>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!</p> | <p>(オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>(オ)なし 相談日(予約制) 1:00～2:00 出張ういんぐ 大泉→P3</p> | <p>正午～7:00(オ) 10:00～11:00 ぴあまっぴ 1:00～4:00 手話通訳者 2:00～3:00 ボランティア 講座→P4</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話通訳者 1:30～2:30 利用者懇談会→P2 3:00～5:00 IMR⑲</p> |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| <p>正午～7:00(オ) 2:00～3:00 創作の日</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:30～2:30 つぼみの会</p> | <p>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 3:30～4:30 就労プログラム→P3</p> | <p>(オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>(オ)なし 相談日(予約制)</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話通訳者 1:30～2:30 利用者懇談会→P2 3:00～5:00 IMR⑲</p> | <p>正午～7:00(オ) 1:00～4:00 手話通訳者 1:30～2:30 利用者懇談会→P2 3:00～5:00 IMR⑲</p> |
| 31 | <p>※手話による相談対応日は毎週土曜日です。 ※出張ういんぐは関町と大泉のボランティア・地域福祉推進コナで行っています。 ※『つぼみの会』は高次脳機能障害者と家族の会です。</p> | | | | | |

『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12月より通常通り(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・お申込み下さい。</p>  | <p>④来所したら受付前に</p>  <p>利用者受付簿に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。</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>) または20時以降の留守番電話での音声をご確認ください。

【1月中止のプログラム】
①夕食会 ②茶道教室

報告

きれいにし隊!花組

2020年最後のきれいにし隊!花組は、12月2日(水)に利用者とボランティア、まちづくりセンター職員と寒さに強い「冬の苗」を植え替えました。ういんぐにお越しの際は素敵なお花を見て、ほっこりしてくれらると嬉しいです。少しでも興味を持たれた方の参加をお待ちしております。



利用者懇談会

11月28日(土)に利用者懇談会を開催し、8名が参加されました。それぞれの近況報告の他に、新型コロナウイルスに感染しないために心掛けていることや取り組んでいることなどを共有しました。夏場に感染者数も減り、世間的にも少し気が緩みがちでしたが、改めて「今自分ができることをきちんとやるのが大事」という声が多くあがっていました。

次回は、**1月30日(土) 1:30~2:30**です。

就労プログラム

11月25日(水)に、就労プログラムを行いました。テーマは「自分の強みを発見する」で、自分の「好きでできること」と「嫌いできないこと」は何かを、練馬区障害者就労支援センターレインボーワークの淵脇氏を講師に招き、一緒に考えていきました。参加者からは「仕事でできていた事をピックアップするという考え方を参考にします」などの感想がありました。



今回の就労プログラムは、就労継続B型「べるはうす」の職員をお招きし、仕事内容などをお話ししていただきます。実際に職員からの話を伺える貴重なチャンスです。ご参加お待ちしております。

<詳細>

- 日時：1月27日(水) 3:30~4:30
- 定員：12名
- 開催場所：ういんぐ交流室



お知らせ

★出張ういんぐ!★

出張ういんぐ・**関町** ☎03-3929-1467

場所：関町ボラティア・地域福祉推進コナ

日時：1月8日(金) 1:00~2:00

(毎月第2金曜日)

『やすらぎ体操 in 関町!』

身体を動かして温まりましょう!



出張ういんぐ・**大泉** ☎03-3922-2422

場所：大泉ボラティア・地域福祉推進コナ

日時：1月22日(金) 1:00~2:00

(毎月第4金曜日)

『ビンゴ大会(新年会)★』

みんなでういんぐビンゴを楽しみましょう!



あるたいはつもうで 歩き隊! 初詣

2021年最初の歩き隊!は石神井氷川神社へ初詣に行きましょう!寒い時期ですので、暖かい服装でご参加ください!

日時：1月10日(日) 2:00~3:30

集合場所：ういんぐオープンスペース

※お費金は各自でご用意ください。



ういんぐのクリスマスツリー

今年のクリスマスは、壁面にツリーを作り、みんなで願い事を書いて飾りました☆



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。

せいしんほけんふくし こうざ
 ☆精神保健福祉ボランティア講座☆

しょうがい ひと ひと たが きさ あ ちいき つく いっぽ ふ だ しょうがい
 障害がある人もない人も、お互いに支え合える地域を作るためその一歩を踏み出しませんか。障害
 ひと みちが ちいき こうりゅう はじ きがる もうしこ くだ
 のある人と身近な地域での交流を始めましょう。お気軽にお申込み下さい。

たいしょう しょうがい ひと かか かんしん かた
 対象：障害がある人との関わりに関心がある方

ボランティアに関心がある方

にちじ
 日時：1月23日(土) 2:00~3:00 (1:30受付開始)

ばしょ しゃくじいしょうがいしゃちいきせいかつしえん こうりゅうしつ
 場所：石神井障害者地域生活支援センターういんぐ 交流室

ないよう
 内容：ういんぐやボランティアについて理解を深める講座です。

ていいん めいていどう もう こ じゅん ひよう むりよう
 定員：10名程度(申し込み順) 費用：無料

もうしこ といあわ
 【申込み・問合せ】

TEL：03-3997-2181

ねりまくしゃかいふくしきょうぎかい
 練馬区社会福祉協議会

しゃくじいしょうがいしゃちいき
 石神井障害者地域

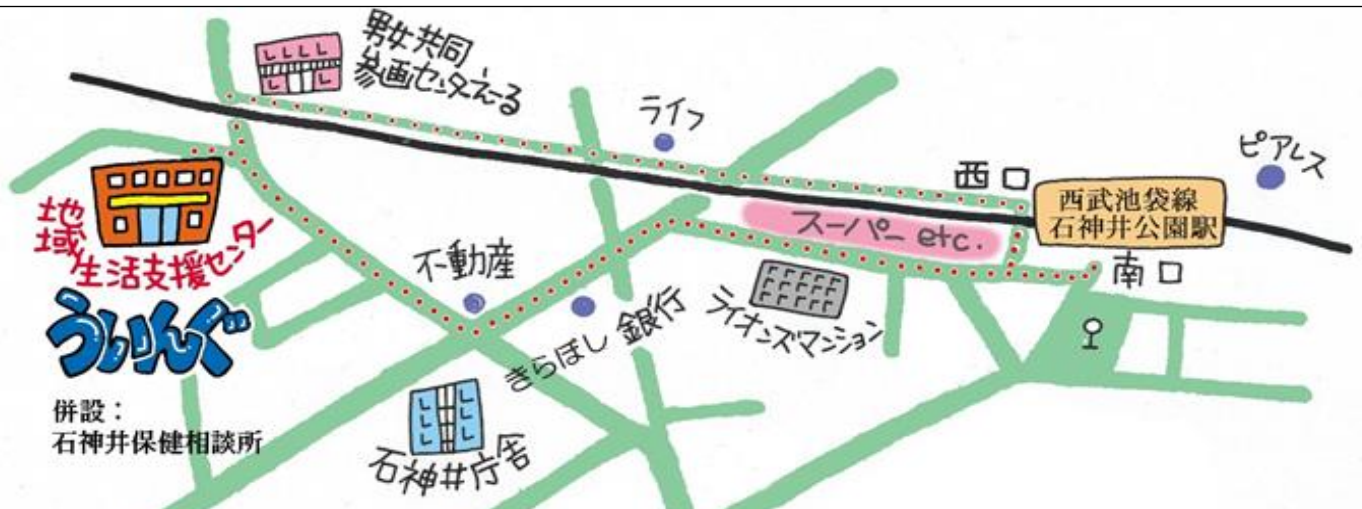
せいかつしえん
 生活支援センターういんぐ

りようしゃ きょうりょく おが
 ◆利用者アンケートへのご協力をお願い◆

ことし りよう かた たいしょう りようしゃ じっし
 今年もういんぐを利用している方を対象に、「利用者アンケート」を実施いたします。ういんぐをよ
 りよくしていくために、ご協力をよろしくお願ひいたします。※アンケート用紙はういんぐのオープ
 ンスペースにあります。実施期間：令和2年12月2日(水)～令和3年1月31日(土)

りよう
 ▲「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。



せいぶいけふくろせんしゃくじいこうえんえき とほ ぶん
 ★西武池袋線石神井公園駅より徒歩8分
 しゃくじいこうえんえきにしくち で させつ せんろぞ みち
 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エーるが
 ある交差点を左折し、高架下をくぐり右折する
 こうさてん させつ こうかした うせつ
 と左手にレンガ色の建物（ういんぐ・石神井
 ひだりて いろ たてもの しゃくじい
 保健相談所）があります。

とうきょうとねりまくしゃくじいまち
 〒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>
 しゃくじいしょうがいしゃちいきせいかつしえん
 石神井障害者地域生活支援センターういんぐ

