



12月のスケジュール!!
師走! 1年のしめくりです!



令和4年(2022年)12月号(No.164)

ういんぐ

ゆく年くる年。
今年の労を 思いなが
ら、新しい年に向けて
準備していきましょう。



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 益子憲明

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。 ※ 『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、関町と大泉のボランティア・地域福祉推進コナで行っています。				(オ)なし 相談日 (予約制)	(オ)なし 相談日(予約制)	しょうご 正午~7:00(オ) 🕒1:00~2:30 せいしんほけんふくし 精神保健福祉 ボランティア講座
4	5	6	7	8	9	10
しょうご 正午~7:00(オ) 🕒1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者 🕒1:00~2:30 たっきゅう 卓球	しょうご 正午~7:00(オ) 🕒2:00~5:00 みんなドラマ	 🕒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→P3	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(資料代50円) 🕒2:00~3:30 きれいにし隊! 花組→P3	(オ)なし 相談日 (予約制)	(オ)なし 相談日(予約制) 🕒1:00~2:00 しゅつちやう 出張ういんぐ せきまち 関町「ういんぐる ベル♪」	しょうご 正午~7:00(オ) 🕒2:00~3:00 ある たい 歩き隊! おおいずみがくえんえき 「大泉学園駅 ~モニュメントを み 見に行こう~」
11	12	13	14	15	16	17
しょうご 正午~7:00(オ) 🕒10:00~11:30 ホ-ター養成講座 🕒1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者	しょうご 正午~7:00(オ)		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(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) 🕒2:00~4:00 トライアングルゼミ (新練馬ビル) ※詳細は別にて 🕒2:00~4:00 せいしんほけんふくしこうざ 精神保健福祉講座→P2	しょうご 正午~7:00(オ) 🕒2:00~3:00 そつさく ひ 創作の日 「クリスマス かざ 飾りづくり🎄」
18	19	20	21	22	23	24
しょうご 正午~7:00(オ) 🕒1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者	しょうご 正午~7:00(オ)		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(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 しゅつちやう 出張ういんぐ おおいずみ ねんがじやうづ 大泉「年賀状作 り!」	しょうご 正午~7:00(オ) 🕒10:00~11:30 ぴあまっぴ (きらら) 🕒1:30~2:30 りやうしゃこんだんかい 利用者懇談会
25	26	27	28	29	30	31
しょうご 正午~7:00(オ) 🕒1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者 🕒2:00~3:30 クリスマス会 →P2	しょうご 正午~7:00(オ) 🕒1:30~3:30 つぼみの会		ごぜん 午前: 相談(予約制) しょうご 正午~7:00(オ) 🕒2:00~3:30 たい 大ききれいにし隊! →P3	<p>ねんまつねんし やす 年末年始のお休み</p> <p>12月29日(木)~1月3日(火)は 年末年始のお休みです。 ねんし 年始は <u>1月4日(水)</u> より開所いたします。</p>		

※令和4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。12月は日曜日です。

- ◆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。プログラムの時間は通常通り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。ご理解・ご協力の程お願いいたします。

＜ういんぐ利用時のお願い＞

①ご利用時間に制限はありませんが、オープンスペースが混み合い、「密」になる場合には、お声がけさせていただきますことがあります。

②プログラムは予約制です。事前にご連絡・ご相談下さい。また、参加人数の上限があります。

③来所したら消毒、手洗い、検温、利用者受付簿の記入をお願いします。

④話をするときは、適度な距離（1m以上）を保ってください。

⑤マスクの着用をお願いします。やむを得ず着用出来ない場合は、ご相談ください。

⑥お食事の可否は感染状況により変わります。詳しくは所内の掲示をご覧ください。水分補給でマスクを外された際は、会話を控えください。

⑦咳や発熱などがある場合、同居するご家族などに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。

12月中止の告知

- ①茶道体験
- ②夕食会



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。

お知らせ

クリスマス会のお知らせ

今年も残りわずか。ういんぐで素敵なクリスマスのひとときを過ごしませんか？

日時：12月25日(日) 2:00~3:30

場所：ういんぐオープンスペース

参加費：300円

※要予約（先着15名）



一緒にクリスマス会の内容を考え、進行する実行委員を大募集！以下の日程で活動します。

日時：12月7日(水) 3:30~4:30

12月14日(水) 3:00~4:00

12月21日(水) 3:00~4:00



精神保健福祉講座

精神科医から学ぶ

「双極性障害」の基礎知識



◆日時 12月15日(木) 2:00~4:00

◆場所 石神井保健相談所 2階講堂

◆講師 慈雲堂病院 精神科医 船木 まどか氏

◆定員 先着25名 (zoom参加可能)

◆締切り 12月9日(金) 午後8:00締切り

◆申込み

電話、ハガキ、FAXで①講座名、②氏名、③

住所、④電話番号、⑤参加方法(会場または

オンライン)をご記入ください。

◆お問合せ

石神井障害者地域生活支援センター ういんぐ
TEL 03(3997)2181 FAX 03(3997)2182





★きれいにし隊!★

きれいにし隊! 花組

11月2日(水)のきれいにし隊!で冬の花に
植え替えを行いました!これから芽を出すお花
もたくさんあるので、ういんぐにお越しの際は
花壇の様子も見ていただけたらと思います☆



きれいにし隊

いよいよ年末!ういんぐの大掃除もやってき
ます!いつも通りの床清掃に加え、普段はしない
高い場所の掃除や窓拭きを行います。きれいな
ういんぐで新しい1年を迎えましょう♪

■日時: 12月28日(水) 2:00~3:30

■場所: ういんぐオープンスペース



歳末たすけあい運動募金

歳末たすけあい運動募金は、練馬区の町会連合会・
民生児童委員協議会・練馬区社会福祉協議会の三者が
共同で実施します。ご協力をお願いいたします。

街頭募金

日時: 12月7日(水) 午後5:30~6:15

場所: 石神井公園駅(中央口)



年末年始の相談機関

休日診療+

年末年始: 12月30日~1月4日

① 練馬区休日急患診療所(内科)

☎03-3994-2238

練馬区役所東庁舎2階

② 石神井休日急患診療所(内科)

☎03-3996-3404

石神井庁舎地下1階

【上記診療所の受付時間】

午前10:00~午前11:30

午後1:00~午後4:30、午後6:00~午後9:30



電話相談

① 東京いのちの電話

☎03-3264-4343 (年中無休、24時間対応)

② よりそいホットライン

☎0120-279-338 (年中無休、24時間対応)

③ 東京都夜間こころの電話相談

☎03-5155-5028

午後5:00~午後10:00

(受付時間: 午後9:30まで)



ボランティア募集中!

ういんぐでは地域に出での清掃活動やポスター貼り、花壇の手入れ、創作活動など様々なプログラ
ム活動を行っています。このような活動と一緒に参加して下さるボランティアを募集しています!

詳しくは、お電話(03-3997-2181)や窓口などでお問い合わせ下さい。

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。

りようしゃ きょうりょく ねが
利用者アンケートへのご協力をお願い!

ことし ねんかん
 今年1年間、ういんぐを利用された方を対象に、「利用者アンケート」を実施いたします。
 オープンスペースでアンケート用紙をお配りする他、Googleフォームを使った電子版でもご回答
 いただけます。どちらか回答しやすい方でお答えください。
 ういんぐをより良くしていくために、ご協力をよろしくお願いいたします。



じっしきかん れいわ
実施期間：令和4年12月1日(木)～令和5年1月31日(火)

しやうかい
ういんぐ事業のご紹介

※ここでご紹介するのは
 事業の一部です。

そうだんしえんじぎょう
【相談支援事業】

ういんぐでは、障害のある方や難病の方、そのご家族が生活のことや仕事のこと、対人関係の不安
 や悩み、困りごと等について相談いただけます。
 また、福祉制度や福祉サービスのご案内、ご利用のための支援を、他の関係機関と協力しながら行
 います。お気軽にご相談ください。

【オープンスペース】

安心して過ごせ、相談できる場です。自由に過ごしたり、他の方と交流することもできます。
 原則、練馬区在住の18歳以上の方が対象です。利用には登録(無料)が必要です。

▲「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。



〒177-0041 東京都練馬区石神井町7-3-28 石神井保健相談所併設
 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



石神井 ういんぐ 検索

