



3月のスケジュール!!
今年の冬は寒かったので暖かい日が待ち遠しいですね。



令和7年(2025年)3月号(No.191)

ういんぐ

出会いと別れの季節。
一期一会を大事にして
いきたいですね。



©Yoshimura.

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
<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、来所・電話・FAXのいずれかの方法でお申し込みください。(25日がお休みの時は、26日からのお申し込みになります。) ※プログラムにより初参加の人へお譲り頂けないかお願いする事もあります。 ※令和6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。3月は土曜日です。 ※感染症対策のため、来所時は手洗い、消毒、検温、食事は指定のスペースで黙食のご協力をお願いします。</p>						1
						しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者 ② 1:00~1:45 たっきゅう 卓球① ③ 1:45~2:30 たっきゅう 卓球②
2	3	4	5	6	7	8
しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:30~4:15 ねんきんそうだんかい 年金相談会 ねんきん (年金ト列サポ-ト) 主催	しょうご 正午~7:00(オ)	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~ パソコン教室①(資料代50円) ② 2:00~3:30 きれいにし隊!花組	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~ パソコン教室①(資料代50円) ② 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)	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者
9	10	11	12	13	14	15
しょうご 正午~7:00(オ) ① 10:00~11:30 嘛-夕養成講座 ② 2:00~3:30 なでしこ会 →P.2	しょうご 正午~7:00(オ) ① 2:00~4:00 ゆめみ 夢見るカメレオン	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~ パソコン教室②(資料代50円) ② 2:00~3:30 きれいにし隊!ポスター貼り隊	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~ パソコン教室②(資料代50円) ② 2:00~3:30 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) ① 1:00~2:00 しゅつちやう ういんぐ 出張ういんぐ ② 2:00~3:00 だいらそ 関町「塗り絵を楽しもう!」→P.2	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者 ② 2:00~3:00 たいそ 体操プログラム → P.3
16	17	18	19	20	21	22
かんないせいそう 館内清掃	しょうご 正午~7:00(オ) ① 2:00~3:00 さどうたいけん 茶道体験 ② 2:00~3:00 さんかひ (参加費100円) →P.2	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~ パソコン教室③(資料代50円) ② 2:00~3:00 きれいにし隊!	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~ パソコン教室③(資料代50円) ② 2:00~3:00 きれいにし隊!	しゅんぶん 春分の日	(オ)なし 相談日(予約制)	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者 ② 10:00~11:30 びあまっぷ (きらら)
23	24	25	26	27	28	29
しょうご 正午~7:00(オ) ① 11:00~4:00 ちるころ石神井	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:30~3:30 つぼみの会 (高次脳機能障害者と家族の会)	しょうご 正午~7:00(オ) ① 2:00~3:30 きれいにし隊!ポスター貼り隊	しょうご 正午~7:00(オ) ① 2:00~3:30 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)	しょうご 正午~7:00(オ) ① 1:00~4:00 しゅわつうやくしゃ 手話通訳者 ② 1:30~2:30 りやうしゃ 利用者懇談会
30	31	しゅつちやう ういんぐは、関町と大泉の嘛-夕・地域福祉推進-ナーで行っています。 ※マスクの着用については、各自の判断でお願いします。				
しょうご 正午~7:00(オ)	しょうご 正午~7:00(オ)					

1月5日(日)の歩き隊は、石神井氷川神社へ初詣に行きました！当日は晴れておさんぽ日和♪行列に並び、お参りをし、おみくじを引いたり、ゆっくりお話しをして楽しみました。

今年も素敵な1年になりますように！



1月20日(月)の茶道体験は初釜でした。お菓子は花びら餅と言ひ、ごぼうと白味噌餡をピンク色のお餅に包み、それを白いお餅か求肥で包んでいる特別なお菓子です。

みなさん自分で点てたお茶と一緒に美味しく召し上がっていました。



お知らせと報告

出張ういんぐ 関町

1月10日(金)の出張ういんぐ関町は、天祖若宮八幡宮へ初詣に行きました！



出張ういんぐ 大泉

1月24日(金)の出張ういんぐ大泉は東映ミュージアムへ行きました。懐かしいアニメから最新のアニメまで幅広い世代が楽しめる展示に話が盛り上がりました。動画を見て踊れるダンスコーナーや落書きコーナーがあり、みなさんの笑顔が見られました。



★大泉ホラソティア・地域福祉推進コーナーの移転に伴い、3月の出張ういんぐ大泉は中止となります。

★3月は…

日時：3月14日(金) 1:00~2:00

内容：「塗り絵を楽しもう！」

参加費：無料

集合場所：関町ホラソティア・地域福祉推進コーナー

関町北1-7-14 関町サイクセター 1階

TEL：03-3929-1467



なでしこ会



ブレない自分

新年1回目のなでしこ会は、書き初めを行いました！甘いお汁粉で糖分を補給して準備万端。見本などはなく、それぞれ書きたいものを自由に書きました。「墨の匂いがよかった」「何を書こうかと考えるのも楽しかった」との感想がありました。

今年度最後のなでしこ会は…

「春探し散歩・朗読会」

日時：3月9日(日) 2:00~3:30

詳細はチラシをご覧ください。

お知らせ

いしがみちょうかいほんかてん 石神町会文化展

ちょうかい こ おとな かいが しょ しゃしん こうげいなど
町会の子もから大人までの絵画、書、写真、工芸等の
さくひん てんじ ぶんかてん かいさい
作品を展示する文化展が開催されます。



★個人作品募集！！★

ご自身で作った作品を出展される方はういんぐに

3月7日(金)までにご持参ください。

お申し込みの際にお名前(ペンネームも可)、
作品名をお知らせください。

てんじきかん
～展示期間～
にちじ 日時：3月14日(金) 1:00
～3月16日(日) 12:00
ばしよ 場所：男女共同参画センターえーる



体操プログラム

3月の体操プログラムでは、防災体操を行います。

この防災体操は、2011年3月11日の東日本大震災をきっかけに、あの日の記憶を風化させることなく、子どもたちに災害から自分を守る力を身につけて欲しいという気持ちから、幼少期からすべての世代を対象とした、歌って踊って学べる体操です。

身体を動かしながら、防災に関する知識を身につけましょう！



にちじ 日時：3月15日(土) 2:00～3:00
ばしよ 場所：ういんぐ交流室 定員：10名

ちルコロ石神井

にちじ 日時：3月30日(日) 11:00～4:00

しゃくじいこうえんしょうてんがいしゅうへん みせ たすうしゅってんよてい
石神井公園商店街周辺のお店も多数出店予定。

まんかい さくら たの
満開の桜とともに楽しみましょう！

とうじつ てつた ひと じぜん もう て
当日お手伝いができる人は事前にお申し出ください。



じっこういいんぼしゅう 実行委員募集のお知らせ

ういんぐはちルコロ石神井で子ども向けのゲームコーナーで出店しています。一緒にお祭りを盛り上げてくれるメンバーを大募集します！！

だ もの ないようき けいひん ぶくろづ きらく さんか
出し物の内容決めや景品の袋詰めなど、気楽に参加
していただける内容です。参加ご希望の方は、お気軽に
スタッフまでお声かけください。

スケジュール

- だい かい 第1回 3月5日(水) 3:30～
- だい かい 第2回 3月12日(水) 3:30～
- だい かい 第3回 3月19日(水) 3:00～
- だい かい 第4回 3月26日(水) 3:30～

※各回30分～1時間程度の予定ですが、
前のプログラム状況で早めに始める
可能性もあります。

アンケートのお礼

令和6年12月1日から令和7年1月30日にかけて
利用者アンケートにご協力いただきありがとうございました。
ご回答いただいたアンケートのとりまとめ結果は、
練馬区のホームページで令和7年3月に公表します。



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。

↓他にもこんな事業を行っています↓

【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、他の人と交流することもできます。
原則、練馬区在住の18歳以上の人が対象です。利用には登録（無料）が必要です。

【相談支援事業】

ういんぐでは、障害のある人や難病の人、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くことができます。

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。

◆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。



★西武池袋線
石神井公園駅より徒歩8分

▲「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。
- 身体の不自由な方を除き、車での来所はお控えください。
- 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、高架沿いを道なりに進み、男女共同参画センターえーるが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

石神井保健相談所併設
TEL：03-3997-2181
FAX：03-3997-2182



ホームページ：

石神井 ういんぐ

検索

<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