



支援センターきらきら 2023年9月号ニュースレター

7月の状況
登録者数...432名
相談件数...916件
オープンスペース
利用者数延べ...159名

夏も終わりを迎える頃になりましたが、まだまだ厳しい暑さが続いています。疲れが出やすい時節、体に疲れが溜まっているという人もいるのではないのでしょうか。体調には十分に気をつけて、この暑さを乗り切りましょう。

現在、今年度の登録更新手続きを行っています。9月お誕生日の方、更新がまだの方は、お気軽にスタッフにお声かけください。
電話相談、面接相談（要予約）をご希望の方は、お気軽にご連絡または職員にお声かけください。

きらきらは当面の間、以下の通り運営します。

【オープンスペース】※二部制です

○月曜日～金曜日は10時～12時30分、14時～17時
○土曜日は10時～12時30分、14時～16時

誰もが安心して利用できるようご協力をお願いいたします。

【プログラム】予定表（カレンダー）をご確認ください。

予定表はインターネットからもご覧いただけます。<http://www.npo-asukakai.com>

【感染症予防対策について】

- ①手洗い・消毒
- ②検温（熱のある場合は利用を見合わせていただくことがあります）
- ③マスク着用
- ④食事はご遠慮ください



9月7日夕食会

<献立>
・夏野菜カレー
・サラダ
・デザート

<参加費>
400円

<定員>
先着10名です

<スケジュール>
16:00～調理開始
17:00～17:30頃食事開始
18:15頃までに解散となります

※調理はボランティアさんと職員で行います

<申し込み・キャンセル>
8月25日～前日まで。
締め切り後のキャンセルは参加費をいただきます。

♪9月の散策はプラネタリウムへ行きます♪

日程:9月26日(火)

集合・出発:10:00、王子駅
行き先:池袋サンシャインのプラネタリウム
※雨天決行
入場料:1600円
(※手帳の持参で入場券が半額になります。)

交通費:片道168円(IC)、170円(現金)
(都営交通無料乗車券の利用で交通費が無料になります。)
参加ご希望の際は前日までに職員へお声かけください★

支援センターきらきら9月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					おしゃべり会 14:00～ 15:00 看護実習生 3名	
3	4	5	6	7	8	9
閉所	ボランティア 14:00～ 15:00 看護実習生 3名	13時閉所 電話相談は 13時までで す。	きらきら ハンズ 14:00～ 15:00	夕食会	女性おしゃ べり会 14:00～ 15:30	
					※夕食会参加の方以外オープンス ペースの利用は16:00までとなります。	
10	11	12	13	14	15	16
閉所		13時閉所 電話相談は 13時までで す。		絵手紙 14:00～ 15:30		笑いヨガ 11:00～ 12:00
					午前中のオープンスペースは 笑いヨガ参加者のみです。	
17	18	19	20	21	22	23
閉所	閉所 (敬老の日)	きらピア 14:00～ 15:00	学習会 14:00～ 15:30	13時閉所 電話相談は 13時までで す。		閉所 (秋分の日)
					午後のオープンスペースは学習 会参加者のみです。	
24	25	26	27	28	29	30
閉所		散策 10:00 家族サロン 13:30～ 15:00 電話相談、 オープンス ペースは15 時から閉所と なります。	暮らしと健康 14:00～ 15:00	13時閉所 電話相談は 13時までで す。		ダーツ 14:00～ 15:00 ピアカン 15:00～ 16:00～
					※来所による相談は予約制です。 先ずはお電話下さい。	

北区障害者地域活動支援室 支援センターきらきら

〒114-0032 北区中十条1-2-18 障害者福祉センター2階 TEL 03-3905-7201～2

開所: 月曜日～金曜日 10時～18時(オープンスペースは17時まで)

土曜日 10時～17時(オープンスペースは16時まで)

休館日: 日・祭日、年末年始

♪プログラム♪

※学習会、笑いヨガ、夕食会の時間のオープンスペース利用は、プログラム参加者のみとなります。

※参加する場合は、全て前日までにお申し込みください。

※下記につきましては、状況により変更する場合がありますことをあらかじめご了承ください。

プログラム	曜日・時間	参加人数・備考	参加費
ボランティア活動	第1・第3月曜日 14:00～15:00	古切手整理をします。 ※9月18日は祝日のためお休みです。	なし
きらきらハンズ	第1水曜日 14:00～15:00	手芸・ぬり絵・折り紙など、初めての方でもお気軽にご参加ください。	なし
夕食会	第1木曜日 16:00～18:15頃	参加人数は先着10名までとなります。	400円
おしゃべり会	第1金曜日 14:00～15:00	日ごろ感じていることをお話しませんか。	なし
絵手紙	奇数月の第2木曜日 14:00～15:30	北区ホームページの障害者作品展に絵手紙の作品が掲載されています♪	300円
女性おしゃべり会	第2金曜日 14:00～15:30	お菓子をみんなで作り、お茶を飲みながらのんびりお話しませんか。 ※今年度より感染症予防対策を行いながらお菓子作りを再開します。 予約の申し込みは前日までとなります。 定員6名です。 今月はパフェを作ります♪	200円
きらピア	第3火曜日 14:00～15:00	ピア活動 経験や体験等を話したり、当事者同士だからこそ分かり合え、話せる時間を目指しています。 ※利用者の方のプログラムです。	なし
学習会	第3水曜日 14:00～15:30	※途中参加はできません。(対人関係の持ち方)	なし
笑いヨガ	第3土曜日 11:00～12:00	体力がない方でも笑いたい方なら、どなたでも参加できます。	なし
ダーツクラブ	第3土曜日 14:00～15:00	毎回3～5人位の参加でゲームを1つか2つやっています。イギリス生れのスポーツです。 ※講師の都合より、今月は9月30日(土)です。	なし
ピアカウンセリング	第3土曜日	①15:00～②16:00～ 定員各1名 ※講師の都合より、今月は9月30日(土)です。	なし
散策	第4火曜日 10:00～	※参加費、集合場所等についてはP1の右下をご覧ください。	
家族サロン	第4火曜日 13:30～15:00	※障害のある方のご家族が対象になります。	なし
暮らしと健康	第4水曜日 14:00～15:00	健康で楽しく元気に暮らすために、みんなで考えて話します。	なし

「教育の大切さ」

入院患者への暴力等の「弱い人への暴力」が若い人中心に今の社会ではびこっています。それは勿論許される事ではありませんが、これを修正するのは正に教育の領域だと思います。日本は一見は豊かな国になりましたが、何かとても大切な事を忘れてしまった気がします。あなたもピアカンで日頃思っている事を言ってみませんか？あなたも是非に予約を。

きらきらピアカウンセラー 宮澤 秀一

ピアカウンセリングは、毎週第3土曜日15:00より
※今月は9月30日土曜日15:00より

8月4日おしゃべり会【参加者4名】

☆きらきらからのお知らせ☆

・8月より新入職員が入職しました。岩田明香里さんです。月、水、金の勤務になります。よろしくお祈りします。

☆意見箱☆

・「テレビでYouTubeを見たいです
できればWi-Fi接続を
よろしくお祈りします。」

→建物全体のWi-Fi設備が無いのでテレビにつなぐことは出来ません。YouTubeはパソコンで視聴出来ます。希望の場合はパソコンの利用をお願いします。

☆夕食会の希望☆

・トムヤムクンが食べたい。

→室田さんに聞くことはできます。トムヤムクンは辛いので、夕食会では難しいかもしれないが散策で昼食として選ぶことは出来るのではないかと。

・前回の夕食会では生姜焼き、ローストビーフ、夏野菜カレーなどのご希望が出ました。

☆散策の希望☆

- ・9月池袋防災センター行きたい。防災訓練がしたい。
- ・プラネタリウムに行きたい。(渋谷、池袋、有楽町、ソラマチ)
- ・墨田水族館に行きたい。
- ・他にはサイクリング、鉄道博物館、地下鉄博物館の希望が出てました。

その他きらきらが今年で20周年なので何かやりたい、クリスマス会を開催して欲しいなどのご意見を頂きました。

※詳しくはオープンスペースの議事録をご覧ください。

7月の散策は築地へ行って来ました♪

参加者の方から

「海鮮丼が美味しかったです。」
「初めて築地に行ったけど面白かったです。」
「久しぶりのウニと生牡蠣が美味しかったです。」
とのご感想を頂きました😊



♪新入職員のご挨拶♪

8月より入職した岩田明香里です。
月・水・金で出勤しています。
みなさんとお話できるのが楽しみです。
よろしくお祈りいたします。🍀

8月はかき氷を食べる会を開催しました🍧



今年の夏は酷暑が続き非常に暑い夏になりましたが、みんなで美味しく涼むことが出来ました(*'ω'*)

★職員の勤務日変更のお知らせ★

8月より徳永職員の勤務日が以下の通り変更になります。
今まで→月、木、金
8月から→木、金
となりました。
よろしくお祈りいたしますm(_)_m