

そう だん し えん じ ぎょう 相談支援事業

なんびょう そうだんしつ 難病ピア相談室

とうきょうとなんびょう そうだんしつそうだんいん
(東京都難病ピア相談室相談員)

なんびょう かた かぞく なや ふあん なんびょう おな
難病の方、そのご家族の悩みや不安を、難病がある同
たちば そうだんいん そうだん う
じ立場の相談員がご相談を受けます。

つぎ そうだん び まいつきだい もくようび
【次の相談日】※毎月第2木曜日

7月11日(木) 13:00~16:00

めんだん じぜんよやくせい ひとり じかん にち めい
【面談】※事前予約制 お一人1時間(1日2名まで)

① 13:00~14:00 ② 14:15~15:15

でんわ そうだん ひとり ぶん
【電話相談】お一人20分 13:00~16:00

■ 難病ピアサロン ■

8月27日(火) 13:00~15:00

なんびょうとうじしゃ かた かぞく しえんしゃ かた
難病当事者の方だけでなく、ご家族や支援者の方も
きがる さんか ころりゆう ば
ご気軽に参加いただける交流の場です。

そうだん し えん せんもんいん そうだん 相談支援専門員による相談

しょうがい かた かぞく にちじょう
障害のある方やそのご家族が、日常
の悩みや困りごと、将来についてなど、
そうだん し えん せんもんいん そうだん
相談支援専門員に相談できます。

ペアピア相談

かぞく そうだんいん そうだん
(家族相談員による相談)

しょうがいししゃ かぞく なや しょうがいししゃ そだ そう
障害児・者のご家族の悩みを、障害児・者を育てた相
だんいん たいけん おな おや たちば はなし き
談員が、体験をもとに、同じ親の立場で話を聴きます。

つぎ そうだん び そうだんいん
【次の相談日と相談員】

7月19日、8月16日(金)：練馬手をつなぐ親の会

7月25日、8月22日(木)：NPO法人 I am OKの会

めんだん じぜんよやくせい にち めい ひとり ぶん
【面談】※事前予約制(1日2名まで) お一人45分

① 13:00~13:45 ② 14:00~14:45

りょう 利用について

げつ か もく きん ごぜん じ ごご じ
月・火・木・金：午前9時~午後8時
ど にち しょうご ごご じ
土・日：正午~午後8時

らいしよそうだん じぜん よやく ねが
※来所相談は事前に予約をお願いします

※オープンスペースは午後7時までです

きゅうかん び すいようび しゅくさいじつ ねんまつねんし
◆休館日：水曜日・祝祭日・年末年始

・7月オープンスペースのお休み：1日、22日(月)

※15日(月)は祝日のため閉所

◆ 登録

オープンスペースの利用・プログラムの
さんか どうろく わりよう
参加は、登録(無料)をしてください

◆ 利用にあたって

- ・ゴミはお持ち帰りください
- ・センター内、施設周辺は禁煙です
- ・センター内の写真撮影、SNSなどへの掲載
えんりよ
はご遠慮ください

しゅわつうやく せつち 手話通訳の設置

ちようかく しょうがい かた そうだん しゅわつうやくしゃ
聴覚に障害のある方が相談できるように、手話通訳者
がセンターに待機しています。

まいつきだい きん じ じ ひるきゆうけい
毎月第2、4(金)10~17時(12~13時は昼休憩)

※予約は不要ですが、お待ちいただくことや、時間を過ぎた場合
には中断することがあります。ご了承ください。

おおいずみがえんえきみなみぐち とほ ぶん
◆大泉学園駅南口より徒歩5分



大泉障害者地域生活支援センターさくら
(大泉子ども家庭支援センター併設)

はっこうせきにしや ねりまくりつおおいずみしょうがいしやちいきせいかつしえん
発行責任者：練馬区立大泉障害者地域生活支援センターさくら

センター長 徳武 五月

じゅうしょ ねりまぐわしおおいずみ
住所：〒178-0063 練馬区東大泉5-35-2

でんわ 03-3925-7371 ふあつくす
電話：03-3925-7371 FAX：03-3925-7386

メール：o_sakura@ikuseikai-ky.or.jp

ホームページ：
<https://oizumi.ikuseikai-ky.or.jp/>

※令和6年6月にURL変わりました！



ねりまくりつおおいずみしょうがいしやちいきせいかつしえん
練馬区立大泉障害者地域生活支援センターさくら

令和6年6月25日発行

さくらだより 170号

していかんりじゅたく しゃかいふくしほうじん とうきょうとて いくせいかい
指定管理受託：社会福祉法人 東京都手をつなぐ育成会

ペアピア相談 絶賛受付中!



今年度も『ペアピア相談』が始まりました!

大泉さくらには、ペアピア相談というお母さんの悩みや愚痴を聞く窓
口があります。これは、大泉さくらの相談員ではなく「練馬手をつなぐ
親の会」と「NPO法人 I am OKの会」に所属している障害のあるお子さ
んを育てた経験から同じ立場の先輩として相談を受けるものです。

ペアピア相談は堅苦しいものではなく、日々の困りごとや「日ごろの
愚痴を、誰かに聞いてほしい!」というのでOKです。

7月と8月の相談日は、紙面左側(矢印の先)に書いてあります。
ご予約・お問い合わせは、大泉さくらまでお電話ください♪

ちいきふくしこうかいこうぎ 地域福祉公開講座

『難病と本と私』

~本から広がる理解の輪~

日時：令和6年7月15日(月・祝) 午後2~4時

講師：大泉さくら難病ピア相談員(難病当事者)2名

場所：大泉図書館 2階視聴覚室

対象：練馬区在住の方(中学生以上)

定員：30名(事前申込・先着) 参加費：無料

※お申し込みは、大泉さくらまで



地域活動支援事業

7・8月の講座

お花大好き！ふる〜れ

日時 (毎月第1、第3火曜日の午後1時半～2時半)

7月2、16日(火) 8月6、20日(火)

内容 「お花の手入れ」

対象者 どなたでも参加できます

参加費 無料

※申し込み必要なし。雨天の場合は中止です



レッツ・リフレッシュ

日時 8月2日(金) 午後5時45分～6時半

内容 「イスに座って太極拳体操」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 5名 参加費 無料

※事前の申し込み必要



大泉たまり場

日時 7月14日(日) 午後1時半～2時半

内容 「夏祭りを楽しむレクゲーム」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 6名 参加費 無料

※事前の申し込み必要



料理

日時 7月21日(日) 午後1時～2時半

内容 「豆腐とツナ缶のもちもち焼き」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 3名 参加費 300円

アレルギー：ごま・大豆

※事前の申し込み必要。エプロンと三角巾を持参



日時 8月18日(日) 午後1時～2時半

内容 「ウクライナのパンケーキ」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 3名 参加費 300円

アレルギー：卵、小麦、乳製品

※事前の申し込み必要。エプロンと三角巾を持参



頭の体操

日時 8月25日(日) 午後1時半～2時半

内容 「みんなで笑って頭の体操」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 5名

参加費 無料

※事前の申し込み必要



スリランカ？ダルカレー？なに？

去る5月26日さくらの料理講座でスリランカのダルカレーを作りました！みなさんスリランカって知ってますか？名前は聞いたことあるけどどこだろう？とか、ダルカレーって何だろう？いつも行くカレー屋にはなかったけど？とか思いませんか？調べてみるとスリランカはインドの南に位置している島国です。年間最高気温が30℃～35℃、いつも夏のような暑い国です。



そんな国のダルカレーとはどんなカレーでしょうか？「ダル」が豆という意味で、ダルカレーは「豆のカレー」だそうです。定番料理でおふくろの味、「インドの味噌汁」とも呼ばれています。今回のダルカレー作りの豆はレンズ豆を使用しました。レンズ豆は、メ



ガネのレンズのような形をしている小さな豆です。絹さやに似ている？ などなど、料理講座で美味しい料理を作るだけじゃなく、どんな国の料理？どんな材料？どんな栄養があるの？など、いろいろな情報をお伝えしていこうと思います。乞う、ご期待！

【地域交流スペースからふる】

喫茶をやっている地域交流スペースです。地域の方も、障害の有無に関わらず、ご利用いただけます。軽食と飲み物があります。

毎週火・土曜日<正午～午後4時>



【オープンスペース】

自由に過ごせる場所としてオープンスペースを使ってみませんか？オープンスペースでは食事をしたり、職員と気軽に話すことができます。テレビ・雑誌・DVD・パソコン等を自由に使うこともできます。※区内にお住いの障害がある方は、どなたでも利用できます。

■利用登録の流れ

- ① 登録日の予約
登録面談の予定を決めます。
- ② 登録面談
大泉さくらでやりたいことや好きなこと、体調等を確認します。
- ③ 利用開始！

・講座の参加、オープンスペースの利用は、事前に登録が必要です。
・18才から登録できます。



X(旧Twitter)
@ooizumi_sakura

YouTube
大泉さくらチャンネル



- 来所された方全員に「マスク着用」「手指消毒」「検温」をお願いしています。
- は〜<のプログラムは、障害の有無に関わらず、どなたでも参加できます。
- 講座の申し込みは電話、メール、ファックスで申し込んでください。窓口でも受け付けます。
- 原則18才以上の方が参加できます。
- 講座当日の8日前までに申し込みをお願いします。1週間前に参加できるか連絡します。
- 講座の申し込み人数が定員より多い場合は、今年度の『講座参加回数』を基に参加者を決定します。調整により申し込まれても参加できない場合がありますので、ご了承ください。