

そうなんしえんじぎょう 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 あんなん 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 まいつきだいい もくようび
【次の相談日】 ※毎月第2木曜日

3月13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

■なんびょうピアサロン■

4月22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 こうりゅう 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)

しょうがいしゃ かぞく なや しょうがいしゃ 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
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】

3月21日(金)：練馬手をつなぐ親の会

3月 <お休み>：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

①13:00~13:45 ②14:00~14:45

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

◆休館日：水曜日・祝祭日・年末年始

・3月オープンスペースのお休み：

10日(月)、24日(月)

※3月20日(木)祝日のため休みです

◆登録

オープンスペースの利用・プログラムの
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
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

ちょうかく 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。

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

よやく ふよう ます ま じかん す ばあい
※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。

◆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
(地域子ども家庭支援センター大泉併設)

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

住所：〒178-0063 練馬区東大泉5-35-2

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！

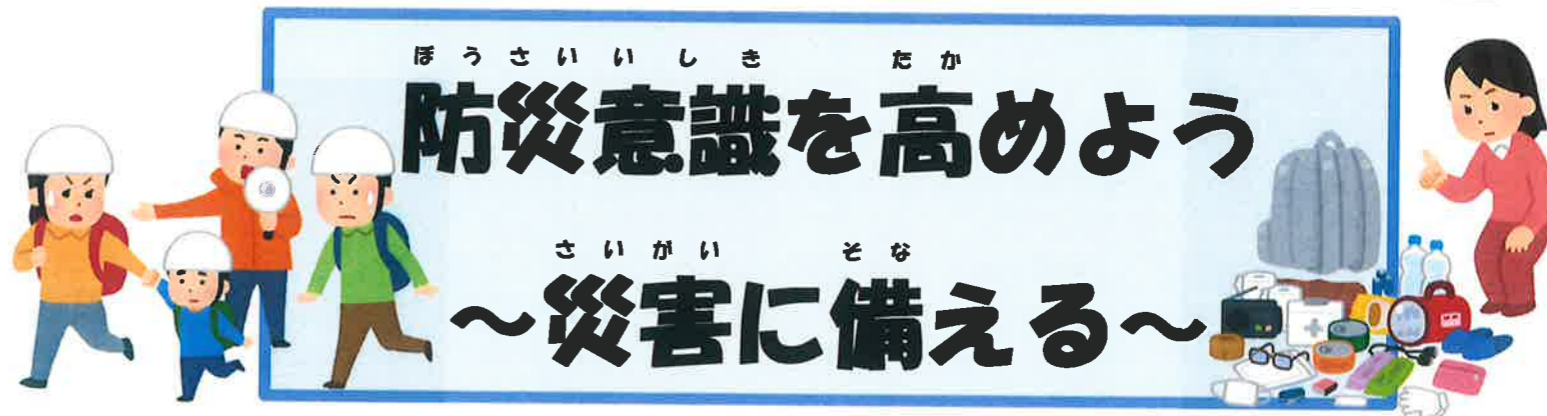


ねりまくりつおおいずみしょうがいしゃちいきせいかつしえん
練馬区立大泉障害者地域生活支援センターさくら

令和7年2月25日発行

さくらだより 178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



ぼうさいいしき たか 防災意識を高めよう

さいがい そな ～災害に備える～

ひがしにほんだいしんさい ことし ほんしんあわじだいしんさい
東日本大震災から14年、今年も3月11日がやってきます。そして、今年も、阪神淡路大震災

から30年という節目の年でもありました。3月11日は『防災意識を育てる日』。

日本のどこかで、世界のどこかで地震が起こるたびに「災害は忘れたところにやってくる」そんな
言葉を思い出す方も多いのではないでしょうか。3月は、あらためて、ひとり一人が防災意識に

ついて見つめ直す時にしたいところです。

ぼうさいこうざ たんとう ぼうさいし ～防災講座を担当している「防災士」より～

さいきん じしん すいがい しぜんさいがい おお ほっせい とき ふあん
最近では地震や水害など、自然災害が多く発生しています。いざという時も不安なく
過ごすために、災害が起きる前に『備える』ことが大切です。

- 1 家の中の安全を確認する。家具は固定していますか。
- 2 日常食品を少し多めに備蓄し、食べたら買い足す。
- 3 持ち出しリュックや防災ポーチを作る。

ぜひ、ご家族と相談しながら、防災をスタートしてみましよう。



3月16日(日)防災講座があります。

もしもの時に持っていたいアイテムを考えたり、防災ポーチの活用方法を
確認する内容になっています。「備える」準備と一緒に始めませんか？
是非、講座にお申込みください。

ちいさかつどうしえんじぎょう 地域活動支援事業



3・4月 の講座

はなだいす 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)
3月4、18日(火)、4月1、15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



ぼうさいこうざ 防災講座

日時 3月16日(日) 午後1時半～2時半

内容 「暮らしに備えよう
～防災ポーチの活用方法を体験しよう～」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 6名 参加費 100円

※事前の申し込み必要



レッツ・リフレッシュ

日時 4月4日(金) 午後5時45分～6時半

内容 「エアロビクス体操」

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



くらふと

日時 3月22日(土) 午後1時半～3時

内容 「春のステンドグラス作り チューリップ」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 4名 参加費 500円

※事前の申し込み必要



おおいずみ 大泉たまり場

日時 3月9日(日) 午後1時半～2時半

内容 「歌を使ったレクリエーションゲーム！」

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



くらふと

日時 4月19日(土) 午後1時半～2時半

内容 「春のハーバリウム作り」

対象者 障害のある方、難病の方

定員 6名 参加費 300円

※事前の申し込み必要



み 身だしなみ講座



「アロマでハンドクリームづくり」

1月に、「アロマでハンドクリームづくり」の講座が行われました。

アロマは、4種類(ラベンダー、柚子、ゼラニウム、ローズマリー)から好きな香りを2種類選んでもらい、「シアバター、みつろう」に混ぜて、ハンドクリームを作成しました。

参加者からも「いい香り」と好評でした。柚子が一番人気でした。

疲労回復に効果があり、不安や決断に悩む時に背中を押してくれるそうです！



【ちいきこうりゅう 地域交流スペースからふる】

喫茶コーナーがあ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> ※3月29日(土)はお休みです。

【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。
- はーくらのプログラムは、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。