



7月のスケジュール!!
外出時は紫外線対策で帽子
や日傘を使いましょう!



すずらん

梅雨明けと本格的な夏を
迎える季節になりました。
猛暑や急な大雨など
の変化に備えましょう。



令和7年(2025年)7月号(No.195)

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 田崎修司

石神井障害者地域生活支援センターういんぐは、障害のある人たちが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
※ はお休みです。 ※(オ)はオープンスペースです。 ※令和7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。7月は土曜日 です。		1 	2 ごぜん そうだん よやくせい 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) 🕒 4:00~5:00 きれいにし隊! 花組	3 (オ)なし 相談日 よやくせい (予約制)	4 (オ)なし 相談日(予約制)	5 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 1:00~4:00 手話通訳者 🕒 1:00~1:45 卓球① 🕒 1:45~2:30 卓球②
6 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 1:30~4:15 ねんきんそうだんかい 年金相談会 ねんきん (年金ト列ホ・ト・ JAF主催)	7 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 2:00~3:00 さどうたいけん 茶道体験	8 	9 ごぜん そうだん よやくせい 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) 🕒 4:00~5:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊	10 (オ)なし 相談日 よやくせい (予約制)	11 (オ)なし 相談日(予約制) 🕒 1:00~2:00 出張 ういんぐ 関町→P.2	12 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 1:00~4:00 手話通訳者 🕒 2:00~3:00 体操プログラム
13 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 10:00~11:30 ホ・タ・養成講座 🕒 2:00~3:00 なでしこ会 → P.2	14 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 2:00~4:00 ゆめみ 夢見るカメレオ ン	15 	16 ごぜん そうだん よやくせい 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) 🕒 4:00~5:00 きれいにし隊!	17 (オ)なし 相談日 よやくせい (予約制)	18 (オ)なし 相談日(予約制)	19 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 1:00~4:00 手話通訳者
20 かんないせいそう 館内清掃 	21 うみ ひ 海の日 	22 	23 ごぜん そうだん よやくせい 午前: 相談(予約制) しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 4:00~5:00 きれいにし隊! ポスター貼り隊 🕒 2:00~4:00 トライアングル・ゼミ	24 (オ)なし 相談日 よやくせい (予約制)	25 (オ)なし 相談日(予約制) 🕒 1:00~2:00 出張 ういんぐ おおいすみ 大泉→P.2	26 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 1:00~4:00 手話通訳者 🕒 1:30~2:30 りようしゃこんだんかい 利用者懇談会
27 しょうご 正午~7:00(オ)	28 しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 1:30~3:30 つぼみの会 (高次脳機能障害者 と家族の会)	29 	30 ごぜん そうだん よやくせい 午前: 相談(予約制) しょうご 正午~7:00(オ) 🕒 4:00~5:00 きれいにし隊!	31 (オ)なし 相談日 よやくせい (予約制)	※出張 ういんぐは、関町と大泉 のホ・ラ・ティ・地域福祉推進コーナーで 行っています。 ※マスクの着用については、各自の 判断をお願いします。	

※プログラムは予約制です。申込みは前月の25日から、来所・電話・FAXのいずれかの方法で申込みください。
(25日が休みの時は、26日からの申込みです。)

※キャンセルの連絡は不要ですが、参加費がかかるものはご連絡いただくと幸いです。

※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。



5月4日(日)に松の風文化公園へ練馬区社会福祉協議会のキャラクター『ネリー』と一緒にメンバーのみなさんと出かけました。
練馬区ゆかりの文化人展を見たり、多目的広場の周りを1~2周走ったり、思い思いに過ごしました。記念に写真をパチリ★(ネリーもいるのがわかりますか?)初夏の風が心地よい春の日でした。



お知らせと報告

なでしこ会



5月11日(日)はハンドベルで「きらきらぼし」「ロンドン橋」を演奏し、きれいな音色を楽しみました。
各自1~2個のベルを担当し、楽譜を見ながらの演奏は大変ながらも皆さん笑顔で達成感を感じることができたようです。「楽しかった」と感想をいただきました♪

じかい
次回は…

にちじ
日時：7月13日(日) 2:00~3:00

ないよう
内容：「チェアヨガ」

こうし むか い す すわ
講師をお迎えし、椅子に座って
のヨガを教えてください。
お気軽にご参加ください。



出張ういぐ蘭町

5月9日(金)は、蘭町福祉園ガーデン見学に出かけました。丁寧に手入れされた花壇にはカラフルな花やハーブが広がり、畑には野菜が育っていて、見ごたえいっぱいでした。



★7月は…

にちじ
日時：7月11日(金) 1:00~2:00

ないよう
内容：「カラオケを楽しもう」

さんかひ えん
参加費：200円

しゅうごうばしょ せきまち ちいきふくしすいしん
集合場所：蘭町ボランティア・地域福祉推進コーナー
蘭町北1-7-14 蘭町サイクセンター 1階

TEL：03-3929-1467

出張ういぐ大泉

5月23日(金)は、うたの会でした。
ボランティアさんの演奏で事前に集めたリクエスト曲をみなさんで歌いました。「思い切り声を出せて気持ち良かった～」と感想をいただきました。



★7月は…

にちじ
日時：7月25日(金) 1:00~2:00

ないよう
内容：「ひんやりスイーツ(フルーツポンチ)」

さんかひ むりよう
参加費：無料

しゅうごうばしょ おおいすみ ちいきふくしすいしん
集合場所：大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー
大泉1-28-1 リズモ大泉学園2階

TEL：03-3922-2422

お知らせ

7月~9月のきれいにし隊のプログラムは熱中症対策として4:00~5:00に開催します。時間を間違えなくご参加ください。また熱中症警戒アラート及び熱中症特別警戒アラートが発令された日は、中止になる場合があります。



だい だん
第3弾!

ういんぐ周辺の募金箱設置協力店

～ういんぐ周辺で杜協の募金箱設置にご協力いただいているお店を紹介します!～

第3回目は「ファミリーマート石神井公園駅西店」をご紹介します。

このファミリーマートはういんぐから歩いてすぐのところにあり、西武池袋線の高架下に店舗を構えています。多くの食品・日用品を取り扱っているのはもちろん、練馬区で採れた野菜や子ども向けの商品等も取り扱い、老若男女問わず様々な人が利用しているそうです。



今回は、12月から新しく店長を担われているヘマンタ店長へお話を伺いました。ヘマンタ店長は人と人のつながりを大事にしたい、そのためにお客様や地域の人と関わってきたいという想いを持たれ、「このファミリーマートがお客様の“第二の家族のような存在”となるようにしている」とお話をされていました。また、「お店はヘルプマークを持つ人、障害のある人、ご高齢の人、子ども連れの人、いろいろな人が利用します。困っている人がいれば、声をかけます」とのお話があり、従業員のみなさん全員で地域の人とのつながりを心掛けているとのことでした!



ヘマンタ店長にお店の一番のアピールポイントを伺ったところ、「イートスペースに力を入れています!子ども連れの親御さんもゆっくり過ごせるよう、従業員が持ち寄っておもちゃや絵本を用意しました」と教えてくださいました。どんな人でものびのび利用してほしいという思いから、今ではイートスペースが多くの人集いの場となっているようです。



店長のおすすめ
イートスペース



ヘマンタ店長や従業員のみなさんは、訪れたお客様だけでなく近隣の人たちとのつながりも大切に、ゆるやかに見守り続けていることが今回のインタビューから伺えました。今後も地域の顔で居続けてください。

ファミリーマート石神井公園駅西店
住所：東京都練馬区石神井町7丁目 1-16
営業時間：24時間 TEL：03-5923-3938

集まりました募金は、地域福祉の向上のため活用させていただきます。練馬区杜協の募金箱を設置して下さる商店・施設等を募集しています。お問い合わせ等はういんぐにご連絡ください。

エヌエイチケイ ほうえい
NHKでも放映されている「みんなの体操」を
ちゅうしん からだ うご うご ふくそう あせ
中心に体を動かします。動きやすい服装と、汗を
ふ 拭けるタオルをもってご参加ください。

にちじ
日時：7月12日(土)
2:00~3:00
ばしょ こうりゅうしつ
場所：交流室



- 5月からういんぐに来ました河角と申します。
- 4月までは他の地域の地区センターで、町会
- 自治会と共に地域の活性化に努めてきました。
- まだまだわからない事だらけですので、メンバ
- ーのみなさんには、迷惑をかける事も多いと思
- いますが、よろしくお願いいたします。(河角)

↓他にもこんな事業を行っています↓

【オープンスペース】

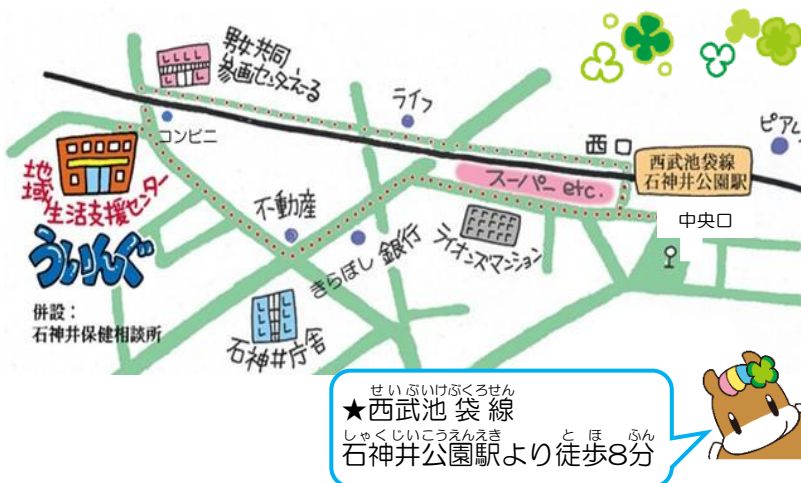
あんしん す そうだん ば じゆう す ほか ひと こうりゅう
安心して過ごせ、相談できる場です。自由に過ごしたり、他の人と交流することもできま
す。原則、練馬区在住の18歳以上の方が対象です。利用には登録(無料)が必要です。

【相談支援事業】

ういんぐでは、しょうがい ひと なんびょう ひと かぞく せいかつ しごと たいじんかんけい
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
ふあん なや こま など そうだん
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、ふくせいど ふくし あんない りよう しえん かんけいきかん きょうりよく
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
おこな いきます。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エーるが
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:

<https://www.neri-shakyo.com/departments/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