

相談支援事業

難病ピア相談室

(東京都難病ピア相談室相談員)

難病の方、そのご家族の悩みや不安を、難病がある同じ立場の相談員がご相談を受けます。
【次の相談日】※毎月第2木曜日

12月11日(木) 13:00~16:00

【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

【電話相談】お一人20分 13:00~16:00

■難病ピアサロン■

12月23日(火) 13:00~15:00

難病当事者の方だけでなく、ご家族や支援者の方も気軽に参加いただける交流の場です。

相談支援専門員による相談

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、相談支援専門員に相談できます。

ペアピア相談

(家族相談員による相談)

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。

【次の相談日と相談員】

12月19日、1月16日(金)：練馬手をつなぐ親の会

12月9日、1月13日(火)：NPO法人 I am OKの会

【面談】※事前予約制 (1日2名まで)お一人45分間

①13:00~13:45 ②14:00~14:45

利用について

月・火・木・金：午前9時~午後8時
土・日：正午~午後8時

※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

・お休みについては中面をご覧ください

◆休館日：水曜日・祝祭日・年末年始

◆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

■手話通訳の設置

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。

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。



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 石井 真由美

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！



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11月25日発行

さくらだより187号

指定管理受託：社会福祉法人 東京都手をつなぐ育成会

さくらボッチャ体験会開催！

開催日時：令和7年12月21日(日)

時間：午後1時30分~3時

会場：大泉さくら オープンスペース

対象者：練馬区民の方はどなたでも

参加費：無料

定員：15名(事前予約)

※申し込みは、電話・メール・FAXで大泉さくらまで

※定員になり次第、締め切り

ボッチャの魅力

ボッチャは、シンプルなルールで老若男女が一緒に競い合うことができ、戦略的な要素を持つパラスポーツです。



ボッチャのルールは、「白いボール(ジャックボール)に自分のボールをどれだけ近づけられるか」というものです。初心者の方でも、すぐに楽しむことができます。一緒にやってみませんか？



ち い き か つ ど う し え ん じ ぎ ょ う 地域活動支援事業

はなだいす お花大好き！ふる～れ

にち じ まいつきだい だい かようび ご じはん じはん
日 時 (毎月第1、第3火曜日の午後1時半～2時半)

12月2、16日(火)、1月6、20日(火)

ない よう はな て い
内 容 「お花の手入れ」

たいしょうしゃ さんか
対象者 どなたでもご参加頂けます

さんか ひ むりよう
参加費 無料

※事前申し込み必要なし、当日参加も大歓迎です

※雨天の場合は中止です



くらふと

にち じ ど ご じはん じはん
日 時 1月31日(土) 午後1時半～2時半

ない よう ふゆ
内 容 「冬のフラワーアレンジメント」

たいしょうしゃ しょうがい かた なんびよう かた
対象者 障害のある方、難病の方

てい いん めい さんか ひ えん
定 員 6名 参加費 500円

※事前の申し込み必要



レッツ・リフレッシュ

にち じ きん ご じ ふん じはん
日 時 1月9日(金) 午後5時45分～6時半

ない よう で たいきよくけんたいそう
内 容 「イスde太極拳体操」

たいしょうしゃ しょうがい かた なんびよう かた
対象者 障害のある方、難病の方

てい いん めい さんか ひ むりよう
定 員 5名 参加費 無料

※事前の申し込み必要



12・1月 の講座



たまり場

にち じ ご じはん じはん
日 時 1月11日(日) 午後1時半～2時半

ない よう しょうがつあそ たの
内 容 「みんなで正月遊びを楽しもう！」

たいしょうしゃ しょうがい かた なんびよう かた
対象者 障害のある方、難病の方

てい いん めい さんか ひ むりよう
定 員 8名 参加費 無料

※事前の申し込み必要



くらふと

にち じ ど ご じはん じはん
日 時 1月24日(土) 午後1時半～2時半

ない よう ふゆ
内 容 「バレンタインのハーバリウムづくり」

たいしょうしゃ しょうがい かた なんびよう かた
対象者 障害のある方、難病の方

てい いん めい さんか ひ えん
定 員 6名 参加費 300円

※事前の申し込み必要



しょうがいしゃ しゅつてん 障害者フェスティバル出店

かいさいば しょう ひかり おかこうえん みち
開催場所 光が丘公園ふれあいの径

かいさいにち じ
開催日時 12月6日(土) 午前10時～午後3時

しゅつてんないよう
出店内容 「ハーバリウムづくり」

1回 300円 限定100個



しょうかい プログラム紹介:『たまり場』



みな ばん ばん ばん
皆さんは、さくらのプログラムにある『たまり場』をご存じでしょ

うか。きすうづき だいににちようび ご じはん こうりゅうしつ かいさい
うか。奇数月の第二日曜日、午後13時半から交流室で開催されてい

ます。こうし せんせい まいかい まね のう うんどう ぜつみよう
ます。講師の先生を毎回お招きし、脳トレとちょっとした運動を絶妙

なバランスで組み合わせたゲームを教えて頂いて、参加者全員で挑戦

する企画となっています。

たとえば、『運動会』がテーマの回では、しりとりにリレー、クイズ玉

入れ、綱引き文字探し、などにチャレンジしました。全員で力を合わ

せてクリアすると、かなりの達成感があります。次回、1月13日

(日)は『お正月遊び』で盛り上がりましょう！



みな もう ご ま
皆さんの申し込み、お待ちしております。

ち い き こうりゅう 【地域交流スペースからふる】

きつき ち い き こうりゅう ち い き しょうがい う む
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。

まいしゅう か どうようび しょうご ご じ やす
毎週火・土曜日<正午～午後4時> 12月6日、27日(土)はお休み



【オープンスペース】

【12月の予定】

・12月1日(月)、6日(土)、21日(日)、22日(月)はお休みです。

・12月8日(月)、15日(月)は、午後3時半 オープンです。

りようとうろく なが ■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



■ ぱーく 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。