

ねりま

平成22年(2010年) vol.5

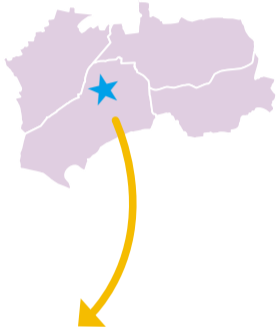
発行：練馬区地域福祉課 編集：練馬まちづくりセンター 発行部数 15,000部 (隔月発行)

お問合せ：練馬区地域福祉課 ☎03-5984-2716 E-mail: tiikifukushi02@city.nerima.tokyo.jp

「だれもが健やかに暮らす」地域のために

まちのたまり場 「相談情報ひろば」で

ほのぼのの time



地域の和みの家 “ちょっと・ホッと”へ GO!

交通アクセス

西武池袋線 石神井公園駅 北口バス停より「成増駅南口」もしくは「練馬車庫」行きバスで「下屋敷」バス停下車。『ちょっと・ホッと』は、バス停の目の前にあります。

運営：特定非営利活動法人 アクト練馬たすけあい ワーカーズエプロン 場所：石神井町 8-53-24 時間：火・水曜 10:30~16:30 ☎ 03-6915-9315



「相談情報ひろば」“ちょっと・ホッと”ってどんな場所？

NPO法人エプロンは10年ほど前、関町にショップを開き、誰もが気楽に立ち寄ってくつろいでいける空間を地域に提供してきました。そのエプロンが、平成21年6月石神井に情報相談ひろば『ちょっと・ホッと』をオープンしました。温かい飲み物を飲みながら、ちょっと座っておしゃべりしたり、リサイクルコーナーで掘り出しものを探したり...。赤ちゃんからお年寄りまで、まちのみなさんが“ちょっと”立ち寄れて、“ホッと”する空間です。

みんなが自然に立ち寄れる場所に

大きなガラス窓から、優しい日差しが入る明るい室内は、にぎやかな通りから一変、心落ち着く空間です。バスを待つちょっとの時間に立ち寄り、温かい飲み物とおしゃべりで、ホッとした気持ちになって出かけていくのもいいかもしれません。リサイクルコーナーには、衣料品・雑貨のほか手づくりの小物もあり、嬉しい掘り出しものが見つかりそう。「お母さんが買い物をしている間に、スタッフがお子さんに絵本を読んであげることもあるんですよ」と、スタッフの伊藤さん。本棚に置いてある絵本は、季節に合わせて入れ替えをしています。また、奥はエプロンによるデイサービスのスペースになっており、デイサービスの利用者さんと、若いお母さんや小さなお子さんがふれあう場面もあるそうです。「様々な世代の人が交流できる場にしていきたい」というスタッフさんの思いが実ります。「2階にはエプロンの事務所がありますので、介護の相談がある方と専門家とをつなぐことも出来ます」と、情報提供や相談に関しても、かなり頼れる存在です！



スタッフの放生さんと伊藤さん

“ちょっと・ホッと”は成長中!

オープンしたばかりの“ちょっと・ホッと”まずは、まちのみなさんの身近な存在になることが目標です。現在、アクリルたわしやカゴを編む、小さな手芸教室を計画中。まちのみなさんと、スタッフが、一緒に楽しい時間を過ごす工夫を考えています。外から見える掲示場は、バスを待つ人たちの目にもよくつきますので、こちら楽しい工夫が出来そう!スタッフのみなさんのまちを想う気持ちは少しずつ広がって、まちの人たちに愛される場所になるはず。“ちょっと・ホッと”のこれからが楽しみです。

2月3月の イベント情報

アルファベットのついたマークのものは、裏面に詳細があります

- 2月 11(木・祝) 10:30~12:30 あなたが役立つ地域の活動 in 光が丘 \*練馬区地域福祉課 ☎ 5984-2716 14(日) 10:00~12:00 成年後見制度 ~それぞれの幸福~ \*権利擁護センター ☎ 5912-4022 19(金) 19:00~21:00 職場で活きる「コミュニケーション力」講座 \*NPO たまご ☎ 090-9836-3774

- 3月 3(水) 13:00~15:30 「名前が書けない!!」その時どうする \*認知症の人を支える家族の会「木の花」 ☎ 3992-8316 6(土) 10:00~14:30 第3回 ねりま子育てメッセ \*ねりま子育てネットワーク ☎ 090-3745-5851

- 6(土) 13:30~16:00 しあわせ福祉ネット・関音楽フェスティバル \*関町ボランティア・市民活動コーナー ☎ 3929-1467 7(日) 13:00~15:00 高齢者のお菓の話 \*NPO法人 成年後見推進ネットこれから ☎ 3550-7217 13(土)・14(日) 13日 10:00~18:30 14日 9:30~19:45 地域活動大交流会 \*地域福祉課(村上・三谷) ☎ 3993-1111

相談情報ひろば



「情報相談ひろば」は練馬区に9カ所!

地区座談会(H16)からの意見「気軽に立寄れて、ちょっとした相談もできる所があったらいいな」「身近に地域のたまり場が欲しい」、そんな区民の皆さんの声によって生まれた区民発のひろばは、現在区内に9カ所。「地域福祉情報紙 ねりま」にて、順に紹介していきます。

ほのぼの館・関

場所：関町地域集会所 (関町南4-22-1) 時間：月曜 9:00~12:00 ☎ 03-3929-1467

春日町きらく会

場所：空き店舗(春日町5-7-9) 時間：月曜 11:00~16:00 ☎ 03-3990-7723

まちの縁側“ぬくい”

場所：民間学童保育 グランマ富士見台保育室 (貫井3-28-6) 時間：金曜 10:00~13:00 ☎ 03-3825-0021 (グランマ富士見台) E-mail: kidsroomgrandma@ybb.ne.jp

「ちょっと・ホッと」

運営：特定非営利活動法人 アクト練馬たすけあい ワーカーズエプロン 場所：石神井町 8-53-24 時間：火・水曜 10:30~16:30 ☎ 03-6915-9315

ハーモニー北町

運営：NPO 北町大家族 場所：北町 2-17-16 時間：月~土曜 10:00~16:00 ☎ 03-3934-2878 E-mail: harmony@big.or.jp

まちの駅 大泉学園

場所：ショップ\*学園通り (大泉学園町6-11-42丸善マーケット内) 時間：お問合せください ☎ 03-3923-2448

SANBAの家

運営：練馬助産師会 場所：ねりじよはうす Luna (南田中 3-8-28) 時間：火曜 13:00~16:00 ☎ 050-1133-3227 E-Mail: nerijo@shore.ocn.ne.jp

ウェルカム石神井公園

場所：ウェルカム石神井公園 (石神井町 3-17-14) 時間：月~土曜 13:00~19:00 (祝日・年末年始除く) ☎ 03-3995-8789

区民ひろば豊玉“えんがわ”

場所：通所介護事業所 あいあい第二 (豊玉上 1-2-13) 時間：木曜 10:00~13:00 ☎ 03-5996-9075

地域でお探しの方は色別にご覧ください

**A** 西大泉町 / 西大泉 / 大泉学園町 / 大泉町 / 南大泉 / 東大泉

**B** 土支田 / 旭町 / 光が丘 / 田柄 / 高松 / 春日町 / 北町 / 平和台 / 錦 / 早宮 / 氷川台

**C** 関町北 / 関町東 / 関町南 / 立野町 / 石神井台 / 上石神井 / 上石神井南町 / 石神井町 / 下石神井 / 三原台 / 谷原 / 高野台 / 南田中 / 富士見台

**D** 貫井 / 向山 / 練馬 / 中村北 / 中村 / 中村南 / 豊玉北 / 豊玉中 / 豊玉南 / 豊玉上 / 桜台 / 羽沢 / 栄町 / 小竹町 / 旭丘

**高齢者のお薬の話**  
～効き目と副作用、服薬について～

高齢期になると何かとお世話になる薬について、効き目や副作用について知って学んで、自分や家族の老後に備えよう。

**日時:** 3月7日(日) 13:00～15:00  
**場所:** 練馬区役所 20階 交流会場  
**定員:** 60名

《申込方法》FAXまたはハガキにて下記申込み先まで  
《申込締切》2月27日(土)

問申合せ先 NPO法人 成年後見推進ネットこれから  
練馬区錦 1-22-12 小泉方  
FAX: 03-5399-7879 ☎ 03-3550-7217 (小泉)  
info@npo-korekara.net

**第3回 ねりま子育てメッセ**

子育てをサポートしてくれる情報はもちろん、あそびのひろば、助産師コーナー、ベビーマッサージやパザーなどもりだくさんです。テーマは「つながろう・広げよう・子育ての輪」、一人でがんばらない子育てを応援します。パパと遊ぼう、ママも変身コーナー等、いつもとちょっと違う遊び場に行ってみよう、ママ仲間がほしい…そんな思いをお持ちの方、ぜひねりま子育てメッセに足を運んでみてください!

**日時:** 3月6日(土) 10:00～14:30  
**場所:** 大泉小学校 (東大泉 4-25-1)

《申込方法》電話またはメールで①氏名②年齢③連絡先を記入の上、下記「NPOたまご(多様性・学び・言語)」まで

問申合せ先 NPOたまご  
E-mail: npotamago@gmail.com  
☎ 090-9836-3774

**地域活動大交流会 ～仲間が増える2日間**

大好きなネリマをもっと笑顔でいっぱいにするさまざまな地域活動、NPOやボランティアにとりくむひとや、地域活動に関心のあるひとを対象に大交流会を開催します。福祉、子育て、教育、文化、環境、まちづくり、コミュニティなどの分野で活躍する練馬の仲間とつながる、アイデアが広がる企画もりだくさん! 気軽にのぞいてみてください。

**日時:** 3月13日(土) 10:00～18:30  
3月14日(日) 9:30～19:45  
**場所:** 石神井庁舎5階(石神井町 3-30-26)  
**対象:** 地域と一緒に活動する仲間を増やしたい方

《申込方法》当日会場にて受付です。  
※車での来場はご遠慮ください。  
※保育(未就学児対象)・手話通訳・点字資料をご希望の方は、3月5日(金)までに地域福祉課まで。

問申合せ先 地域福祉課(村上・三谷)  
☎ 03-3993-1111(代表)

企画・運営: 練馬区地域福祉課 / (財)練馬区都市整備公社練馬まちづくりセンター / 練馬区NPO活動支援センター

**定例の活動情報**

**NPO法人 ケアステーションぽかぽか** 保育・介護

赤ちゃんも、子どもも、大人も、高齢者の方も大家族主義の楽しい生活空間です。保育でお困りの方、要相談。遊びから少しばかり遠ざかっている高齢者の方、是非、一度お問合せを! いつでも大歓迎です!!

**場所:** 練馬区高松 3-24-19  
**日時:** 月～金曜日 (土・日・祭日休み)  
**☎:** 03-5241-9698  
**FAX:** 03-5241-9735  
**E-mail:** support@pokapokasan.com

**「名前が書けない!」その時どうする**

名前が書けなくなると「契約」、「預貯金の管理」をはじめ、日常生活にいろいろの不都合が生じます。そういった時の手助けの方法として、地域福祉権利擁護事業、成年後見制度などがあります。どのような場合、どの制度を利用できるのか、実践事例のお話です。

**日時:** 3月3日(水) 13:00～15:30  
**場所:** 障害者地域生活支援センター さらら (豊玉すこやかセンター 6階)  
**講師:** 練馬区社会福祉協議会 権利擁護センター ぽっとサポートねりま 佐藤研人  
**定員:** 30名  
**参加費:** 無料

《申込締切》2月28日(日)

問申合せ先 認知症の人を支える家族の会「木瓜の花」  
FAX: 03-3992-8316 (中島)

**「コミュニケーション力」講座**

職場で活躍する  
「コミュニケーション力」講座

職場でよくある人間関係の悩みを事例に効果的なコミュニケーション方法を学びます。

**日時:** 2月19日(金) 19:00～21:00  
**場所:** 石神井公園区民交流センター (石神井町 2-14-1)  
**定員:** 30名程度(先着順)  
**対象:** 18歳以上  
**参加費:** 無料

NPOたまごとは…  
NPOたまごは、「多様性・学び・言語」をキーワードに、他者との相互理解を深める事業を通じて、多様性を容易に受け入れ、だれもが心地よく生きられる社会の実現に寄与することを目的としています。

《申込方法》電話またはメールで①氏名②年齢③連絡先を記入の上、下記「NPOたまご(多様性・学び・言語)」まで

問申合せ先 NPOたまご  
E-mail: npotamago@gmail.com  
☎ 090-9836-3774

**イベント情報**

しあわせ福祉ネット・関  
**音楽フェスティバル**

すてきな音楽の間こえる町をめざして、みんなで楽しめる場を作りたいと願い実現した音楽会。5回目の今年は「みんなで歌おう」がテーマ。地域のコーラスグループと共に歌ってみませんか? 恒例となった関町神楽囃子、関中ウィンドオーケストラの演奏も楽しみです。

**場所:** 関町福祉園(関町南 3-15-35)  
**日時:** 3月6日(土) 13:30～16:00(開場 13:00)

問申合せ先 関町ボランティア・市民活動コーナー  
☎ 03-3929-1467

**「日本プレママ支援協会」の プレママ&ママ講座**

妊娠を機に、産前産後のインフラ整備をしてみませんか? たくさんの専門家があなたの子育てをバックアップします! 「ママになる心構え」や「子供との上手な付き合い方」などなどレクチャーが盛りだくさん! お勉強や体験学習をして、楽しい子育てをしましょう!

開催日や参加方法はホームページを見てお申し込みください。連絡はHPで!

<http://www.premama-shien.com/>  
(担当) 浅井

★練馬区助産師会会長 名嘉真あけみ先生  
★元練馬区保育園長 小山勝代先生  
★日本ピアノギャラリーの専属ピアノ講師  
★簿の楽キッチン(マクロビオテック)の松井延子さん  
★ベビーマッサージの講師 などなど

**「成年後見制度 ～それぞれの幸福～」**

さいごまで自分らしく豊かで安心した生活を送りたい…成年後見制度の利用に関する物語(ビデオ)を鑑賞していただきながら、「自分らしく」生きるための成年後見制度の有効性と重要性についてお話しします。

**日時:** 2月14日(日) 10:00～12:00  
**場所:** 練馬区役所本庁舎 アトリウム地下多目的会議室  
**講師:** (財)シニアルネサンス財団 事務局長 河合 和氏  
**定員:** 150名(申込順) \*定員になり次第締め切り  
**対象:** 成年後見制度の利用を考えている方 / 現在利用している方  
**参加費:** 無料

《申込締切》2月10日(水)まで

問申合せ先 練馬区社会福祉協議会 権利擁護センター  
「ぽっとサポートねりま」  
TEL: 03-5912-4022

**あなたが役立つ地域の活動in光が丘**

このイベントでは、光が丘地域を中心にリサイクル、子育て支援、男性料理教室など様々な活動をしている団体の紹介を行います。「余った時間で何かしてみたかったけど、どうすれば良いのか分からなかった」という方は、個別相談もできます!

**日時:** 2月11日(祝) 10:30～12:30  
**場所:** 練馬区立光が丘第六小学校 体育館  
**参加費:** 無料  
**申込:** 当日会場にて受付

問申合せ先 練馬区役所内地域福祉課  
☎ 03-5984-2716

**地域福祉情報紙 ねりま**

●皆さんの地域福祉に関する情報をお待ちしています  
地域福祉に関するイベント情報・会員募集・定例会活動紹介などの掲載を希望する団体は、下記までお問合せください。

お問合せ  
練馬区 地域福祉課 地域福祉係 ☎ 03-5984-2716