



地域福祉パワーアップカレッジ ねりま 12期生募集!

募集期間
平成30年 7/2 (月) ~ 7/31 (火) (必着)

地域福祉 パワーアップカレッジ ねりまとは?

地域福祉パワーアップカレッジねりまは、練馬区独立60周年を記念して作られた、「学びの場」です。地域福祉を学習のテーマとし、2年間(1年間で30日程度)カリキュラムに沿って地域福祉について学んでいきます。

卒業後、すぐに地域福祉活動を始められる 充実のカリキュラム。

2年間のカリキュラムには、高齢、子育て、障害など、様々な福祉分野の講義をはじめ、グループ討議や発表、施設見学、年に一度のカレッジ祭などがあります。また、福祉の現場を知ることができるインターンシップでは、職員、ボランティアスタッフの方々との出会いもあり、卒業後の地域福祉活動を考えるヒントにもなります。



一緒に学ぶことで、生徒同士が いつしか大切な仲間!



受講生は、20歳代~団塊の世代の70歳代と幅が広い。福祉の知識を身につけたい人や、何かをはじめたいけれど何をしたら良いかわからないから、その一歩としてなど、受講のきっかけは様々です。そして、印象的だったのが、皆さん仲が良い!色々な経験のある方々が意見を交わすことで新しい世界が見出され、一緒に同じことを学ぶ中で絆が生まれ、仲間意識が強くなるのだそうです。

この日は11期生の授業。大正大学教授、西郷先生の「子育て支援」について。みんなでディスカッションしたり、発表したりと、学びに真剣です。まるで学生に戻ったよう。



「子育て支援の現状と課題」についてのディスカッションでは、「保育所や学童クラブの待機児童がいなくなるだけでなく、子どもの最善の利益のため、サービスの内容や質についても重要である」という話があり、なるほどな~と思いました。

まさに大学の講義を受けている雰囲気。学んで楽しい!

皆さん、生き生きと
していますね。



あなたも 地域福祉パワーアップカレッジねりま 12期生になりませんか?

授業概要

- 対象** 区内在住・在勤(在学)で、2年間継続して学ぶことができ、地域とつながりのある活動がしたい方
- 修学期間** 平成30年10月から2年間。
- 募集期間** 7/2(月)~7/31(火)
- 定員** 40名程度
- 学費** 年3万円
- 授業時間** 原則として毎週木曜日9:20~15:00(1コマ90分授業×3コマ)「地域福祉」をテーマに、講義、討議、発表、フィールドワークを通して学んでいきます。詳しくは説明会・HPにて
- 申込方法** 区民事務所、区立図書館、福祉部管理課、区ホームページ「お知らせ」にある募集案内をご覧ください。

まずは説明会に参加を!

- 7/12(木) 14:00~15:00
石神井公園区民交流センター会議室1
- 7/21(土) 14:00~15:00
練馬区役所本庁舎19階1905会議室
- 7/26(木) 14:00~15:00
光が丘区民センター5階会議室1

説明会のご予約は! **03-5984-1503**

(福祉部管理課ひと・まちづくり推進係)まで。

卒業生の活躍

すでに活動を開始している10期生にインタビュー!



定年後に2か月間、語学留学をしました。そのとき過ごした「居心地のいい空間」が忘れられず、日本に戻り、地域交流・福祉について学んでみよう

と「地域福祉パワーアップカレッジねりま」に入学しました。2年間で福祉全般について勉強でき、大変参考になりました。そして、「地域福祉パワーアップカレッジねりま」では同じ目線で考えてくれる仲間もでき、去年7月に「虹のカフェ大泉」をオープンすることができました!



虹のカフェ大泉 <https://nijinoka.amebaownd.com>
 練馬区東大泉2-11-21 毎週水曜日14:00~16:00
 大泉特別養護老人ホーム 1F食堂
 参加費100円(お茶代含む)子供無料

虹のカフェ大泉は、子育て中の方から高齢者まで、多世代にわたる方々がホッとできる居場所。お茶を飲みながらお喋りしたり、折り紙を折ったり、笑顔が溢れている空間です。キッズルームも完備しているので、ママの息抜きにも。

11期生受講者インタビュー



福祉の知識を増やしたいと思っていたところ、一緒に活動している、「地域福祉パワーアップカレッジねりま」卒業生の方に勧められ入学しました。色々な分野の福祉が学べるほか、励ましあう仲間ができて、とっても楽しいです。

ねりまユニバーサルフェス ねりあるきラリー

平成30年
7/4(水)~
12/15(土)
開催!

予約不要
参加費
無料!

区内には、障害者、高齢者、子ども向けの福祉施設や地域福祉活動団体の活動場所があります。お祭りやバザー、工作など、区民の皆さまが楽しめるイベントの開催に併せて、スタンプラリーを実施します。ぜひ、お気軽に足をお運びください!

ポクのスタンプは10種類で、3色あるねり!たくさん集めてねり!



参加方法

リーフレットを手に入れよう
(配布場所) 区立図書館、地区区民館、児童館など
※イベント当日も会場で配布します

参加賞1
イベントに参加(1か所め)
ねり丸スタンプをもらったら...
その場でねり丸シールをプレゼント!

参加賞2
イベントに参加(2か所め)
2個めのねり丸スタンプをもらったら...
その場でねり丸オリジナルグッズを1つプレゼント!

ハガキで応募!
赤・青・緑の中から2色以上のスタンプを集めたら...
抽選でユニバーサルデザイングッズをプレゼント!
※抽選会は、12/15(土)開催の「みんなのUDパーク」で行います!
応募は何通でもできますが、当選は1人1回となります

ねりあるきラリー開催場所



No.色	施設名および実施団体	日程	内容	No.色	施設名および実施団体	日程	内容
1	光が丘なかよし児童館(光が丘2-9-6光が丘区民センター4F) 【連絡先】03-5997-7720	7/4(水) 15:00~17:00	👤	22	育秀苑(桜台2-2-8) 【連絡先】03-3557-7637	8/5(日) 14:00~15:30	👤
2	関町児童館(関町南4-15-7-102) 【連絡先】03-3920-1601	7/7(土) 15:00~17:30	👤	23	北大泉児童館(大泉町4-15-15) 【連絡先】03-3921-4856	8/7(火)~8/10(金) 15:00~16:30	👤
3	田柄福祉園(田柄3-14-9) 【連絡先】03-3577-2201	7/7(土) 17:00~19:00	👤	24	土支田児童館(土支田2-32-8) 【連絡先】03-3925-4784	8/7(火)~8/10(金) 10:00~17:00	👤
4	練馬区ペガサス協会(貫井1-36-18サンライフ練馬体育室) 【連絡先】090-3234-5584	7/8(日) 13:30~16:30	👤	25	三原台児童館(三原台2-11-29) 【連絡先】03-3924-8796	8/7(火)~8/10(金) 10:00~17:00	👤
5	コミュニティカフェ チャイナ光が丘(田柄5-14-19) 【連絡先】070-6559-3933	7/18(水) 14:00~ 8/24(金) 14:00~ 9/6(木) 10:30~	👤	26	NPO法人ハッピーひろば(石神井町2-15-15) 【連絡先】03-6796-8080	8/18(土) 10:00~15:00	👤
6	光が丘福祉園(光が丘2-4-10) 【連絡先】03-3976-5100	7/21(土) 16:00~19:00	👤	27	光が丘障害者地域生活支援センターすてっぷ 【連絡先】03-5997-7858(光が丘2-9-6光が丘区民センター6階)	8/19(日) 13:30~15:30	👤
7	NPOエプロン(石神井町8-53-24) 【連絡先】03-6915-9315	7/22(日) 10:00~15:00	👤	28	石神井児童館(石神井町7-28-21) 【連絡先】03-3996-3800	8/21(火)~24(金) 15:00~16:30	👤
8	心身障害者福祉センター(貫井1-9-1中村橋区民センター内) 【連絡先】03-3926-7211	7/27(金) 10:30~14:30	👤	29	西大泉児童館(西大泉3-21-16) 【連絡先】03-3924-9537	8/22(水) 14:30~17:00	👤
9	街かどケアカフェつじ(貫井1-9-1中村橋区民センター内) 【連絡先】03-3577-8815	7/27(金) 10:30~14:00	👤	30	東大泉児童館(東大泉7-20-1) 【連絡先】03-3921-9128	8/23(木) 14:00~14:45(1回目) 14:45~15:30(2回目)	👤
10	豊玉障害者地域生活支援センターきらら(豊玉北5-18-14 練馬大鳥神社) 【連絡先】03-3557-9222	7/27(金) 7/28(土) 18:00~20:00	👤	31	大泉デイサービス(東大泉2-11-21) 【連絡先】03-5387-2201	8/23(木)~25(土) 13:45~15:30	👤
11	NPO法人おちゃ福(東大泉5-31-2-105) 【連絡先】03-6904-6654	7/28(土) 13:00~16:00	👤	32	まちの駅大泉学園(大泉学園町5-6-17) 【連絡先】03-3978-0207	8/31(金) 11:00~15:00	👤
12	優ったり小規模多機能介護石神井台沼辺(石神井台2-7-5) 【連絡先】03-5923-7117	7/28(土) 9/15(土) 14:00~16:00	👤	33	大泉学園町福祉園(大泉学園町3-9-20) 【連絡先】03-3923-8540	9/7(金) 10:00~14:20	👤
13	豊玉南しあわせの里(豊玉南2-26-6) 【連絡先】03-5946-2323	7/29(日) 13:30~15:00	👤	34	ケアラズカフェ Coもれび(早宮3-31-11) 【連絡先】03-3948-3324	9/13(木) 13:00~16:00	👤
14	練馬キングス・ガーデン(早宮2-10-22) 【連絡先】03-5399-2201	7/29(日) 12:45~16:45	👤	35	NPO法人自然工房めばえ(高松3-24-17) 【連絡先】03-5848-8490	9/18(火) 11:00~12:30	👤
15	石神井台児童館(石神井台2-18-13) 【連絡先】03-3995-8267	8/1(水) 16:00~17:00	👤	36	ちょっと・ホット(石神井町8-53-24) 【連絡先】03-5910-7080	9/18(火) 10:00~16:30 9/20(木)(体験希望 14:00~16:00)	👤
16	栄町児童館(栄町40-7) 【連絡先】03-3994-3287	8/2(木) 14:00~16:00	👤	37	松の実事業所(中村南2-23-13) 【連絡先】03-3825-1230	9/24(月) 10:00~14:00	👤
17	南田中児童館(南田中5-15-25) 【連絡先】03-3995-5534	8/2(木) 15:00~16:00	👤	38	上石神井児童館(上石神井1-5-2) 【連絡先】03-3929-0999	9/28(金) 未定	👤
18	氷川台福祉園(氷川台2-16-2) 【連絡先】03-3931-0167	8/3(金) 16:30~18:30	👤	39	やすらぎの村(関町北5-7-10) 【連絡先】03-3928-3315	9/30(日) 11:00~15:00	👤
19	北町児童館(北町1-19-17) 【連絡先】03-3931-5481	8/3(金) 15:30~17:00 8/22(水) 13:30~16:00 9/11(火) 15:30~17:00	👤				
20	楽膳倶楽部(旭町1-31-4) 【連絡先】03-6915-6300	8/5(日) 15:00~19:00	👤				
21	第二光陽苑(関町北5-7-22) 【連絡先】03-5991-9917	8/5(日) 17:00~19:30	👤				

●施設によっては、バリアフリーとなっていない場合があります。●申込制、定員制、実費負担のあるイベントもあります。
●屋外でのイベントは、荒天の際に中止となる場合があります。詳細は、事前に各イベント開催施設・団体にお問い合わせください。
10月以降の開催場所は、次号でお知らせいたします。

〈スタンプ色について〉
 緑 障害福祉施設
 青 高齢者施設・相談情報ひろば
 赤 児童館・地域福祉活動団体
 〈イベント内容について〉
 お祭りをを行います。模擬店・ゲームコーナー・自主製品販売・バザー・体験コーナー等を楽しめます。
 工作やワークショップ・ミニゲーム・子ども向けのイベント・工作遊び等が楽しめます。
 練馬区ホームページ



利用してみよう! やさしいまちのサービス



【練馬区の地域福祉活動団体を紹介】

生活支え合いの会 「あおぞら」



「ほんの少し」お手伝いが必要なとき、どうしていますか？身近に相談できる人もいないし…。そんな悩みを持った人に寄り添ってくれるのが生活支え合いの会「あおぞら」です。

代表の池神さんは「地域福祉パワーアップカレッジねりま」1期生。自身の在宅介護の経験から、気軽に使い勝手の良いサービスの必要性を感じ、地域福祉を学びたくて受講したそうです。

その後、地域の役に立てればと、子どもの幼稚園時代のママ友4人と「あおぞら」を立ち上げました。現在では、利用会員が約100名、協力会員が30名ほど登録しています。

小学生の塾の送り迎えをしている協力会員さんは、もう5年も続いているそうです。家族の一員のような感覚ですね。また、高齢者の方の自宅訪問の際は、お互いに会話を楽しむこともあるそうです。利用者さんと協力員さんの信頼関係がわかりますね。



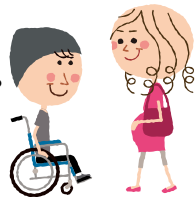
車椅子介助の勉強会の様子 ▲

サービス内容

- 1 子育てを応援します**
幼稚園、塾の送り迎え 産前産後の家事・育児の手伝い など
- 2 高齢者や障害者の方を応援します**
通院支援 家事援助 介護のお手伝い (介護保険外のお手伝い)
- 3 介護者家族を応援します**
介護者家族のリフレッシュの応援

利用料 基本料金30分500円

- *入会金、年会費あり。
- *詳細は「あおぞら」にお問い合わせください。



協力員さん募集中!



▲窓拭きの様子



▲利用会員さん、協力会員さん、賛助会員さんの交流の場として、年に3回あおぞら便りを発行しています。

私たちと一緒に、地域の方々の生活を応援しませんか？日時や仕事場所など、無理のない範囲でできます。内容も、病院の付き添いや家事手伝い、幼稚園の送り迎えなど、資格がなくてもできるお仕事です。また、学習会を開催しており、初めての方でも経験者が丁寧にサポートしますのでご安心ください。利用者さんの「笑顔」や「ありがとう」がやりがいになると思いますよ。

※報酬や詳しい内容はお問い合わせください



生活支え合いの会「あおぞら」



▲事務所の様子



練馬区桜台5-43-7 櫻荘101
TEL&FAX: 03-5934-1385
携帯電話: 080-3347-6913
月・火・水・金 10:00 ~ 15:00

福祉部管理課からのお知らせ

小学生 ユニバーサルデザイン 体験教室

ユニバーサルデザインについてのお話のあと、車いすを使っている人、目が見えない・耳が聞こえない人などと一緒に楽しみながら身近なユニバーサルデザインについて学べるイベントです。

- 対象** 小学3~6年生
- 日時** 7/31 (火) 13:30~17:00
- 場所** 区役所アトリウム地下多目的会議室
- 定員** 30名
- 応募方法** 電話またはFAX、電子メールで



①住所 ②氏名(ひらがな) ③学校名・学年 ④電話番号
⑤点字資料・要約筆記・手話通訳など希望の有無をひと・まちづくり推進係までお知らせください。

申込先 練馬区 福祉部管理課 ひと・まちづくり推進係
電話 03-5984-1296 **FAX** 03-5984-1214
電子メール TIKIFUKUSHI08@city.nerima.tokyo.jp

※注釈:ユニバーサルデザイン(UD)とは、あらかじめ全ての人が使いやすいようにデザインする考え方。

みんなの 居心地が いいお店



色々取り放題

ビュッフェも人気です!

光が丘体育館内にあるカフェレストラン「われもこう」。店内では、職員と一緒に、障害者の方が元気に働いています。それぞれの特性に合わせてホールや厨房に分かれ、実習をしているそうです。みなさん生き生きとしています!広々とした店内で、公園の緑を眺めながらお食事ができます。ランチは、野菜中心の「日替わり御膳600円」



が一番人気。バランスのとれた料理は、シニア層の方から赤ちゃん連れの親子まで嬉しい限り。毎月第2・4金曜日は、「色々取り放題ビュッフェ」(1時間制)!大人1050円(65歳以上900円、障害者800円)とリーズナブル!予約(11時~12時の回のみ)受付中!

「やさしいまち通信」持参で
コーヒー1杯プレゼント!

※お食事500円以上ご利用の方

平成30年
7月平日
限定!

カフェレストランわれもこう光が丘公園店

練馬区光が丘4-1-4 練馬区立光が丘体育館内
03-6904-0990
営業時間 10:00 ~ 17:00
定休日: 第2月曜日



<http://www.akanenokai.com/page41/page41.html>



夏休み自由研究 押し花ランチョンマット作り

小学生
対象

押し花や和紙などを使い、「夏の思い出」等をテーマにしたランチョンマットを作ろう!自由研究として提出できるよう、「押し花」についてのミニ講座も実施。
(練馬区教育委員会委託講座、ねりま遊遊スクール企画)

日時 8/5 (日) 10:30~12:00

場所 練馬区役所本庁舎20階交流会場

定員 20名 **参加費** 500円

申込み F.C.A. (フラワーコミュニケーション協会) なるべくメールにてお願いします

●メール: flacomu@yahoo.co.jp

●電話: 090-8687-7176

申込 7/21 (土) から7/28 (土)

<https://www.facebook.com/flacomu/>

平成31年度(平成30年度申請・平成31年度使用)助成事業説明会

要
予約

練馬区社会福祉協議会では、赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動募金を原資として、社会福祉事業活動に対して助成を行っています。申請を希望される場合は説明会にご参加ください。



赤い羽根配分 (新規団体応援部門)



新しく立ち上げた福祉団体や施設等へ助成します。

助成金額: 20万円以内
対象団体: 事業を開始して1年以上
助成対象: 利用者のための備品購入、小破修理等
申請期間: 10/1(月)~10/31(水)

赤い羽根配分 (福祉団体応援部門)



高齢者・障害者施設・保育園や当事者団体・地域福祉団体へ助成します。

助成金額: 30万円以内
対象団体: 事業を開始して3年以上
助成対象: 利用者のための備品購入、小破修理等
申請期間: 10/1(月)~10/31(水)

歳末たすけあい配分 (地域ふれあい活動部門)



広く区民を対象とした福祉啓発事業や交流事業を行う地域福祉団体へ助成します。

助成金額: 単独20万円以内
共催30万円以内 (3団体以上)
対象団体: 事業を開始して原則1年以上
助成対象: 福祉啓発のための講演会、イベント、講座等
申請期間: 12/3(月)~平成31年 1/11(金)

説明会日時

日時 ① 9/4(火)18:00~19:00

② 9/7(金)14:00~15:00

場所 練馬区役所本庁舎19階 1903会議室

定員 各60名

申込締切

① 8/31(金) ② 9/5(水)

申込・問合せ

社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会
練馬区豊玉北5-14-6新練馬ビル5階
●電話: 03-3992-5600

詳細はHPへ <http://www.neri-shakyo.com/>

乳がんのこと気軽に話そう! 乳がんカフェ

当日参加も可

乳がん体験者が身近な場所で気兼ねなく話ができる「乳がんカフェ」です。手術のこと、治療のこと、これからのこと、何でもお話しして不安を軽くしましょう!

日時 ① 7/14 (土) 9:30~11:30

② 8/4 (土) 9:30~11:30

③ 9/22 (土) 9:30~11:30

(以降の予定はココネリ内に掲示予定)

場所 区民・産業プラザ3階 ココネリホール

定員 13名 **参加費** 300円

申込み ピンクリボン in NERiMA

事前連絡先

●メール: knishi51@gmail.com(西貝)

申込締切 なし



一步の会講演会 「家電は暮らしの玉手箱」

色々な種類のある家電。家事を楽にしたり、音楽や映像を楽しんだり、家の空調を整えて健康をサポートしたり…。暮らしに合った家電の選び方・使い方のポイントをアドバイス。

講師: 東京電力エナジーパートナー(株) リビング事業本部副部長 中村剛

日時 8/18 (土) 14:00~16:30

場所 光が丘区民センター2階集会洋室

定員 80名(先着順) **参加費** なし

申込み 点訳・音声訳集団一步の会事務局

●電話: 03-3577-5666

●FAX: 03-3577-5666

●メール: info@onyakuippo.com

<http://www.onyakuippo.com/>

夏休みわくわく ワークショップ 開催!

お子さんからお年寄りまで、どなたでも気軽に参加できます! エコ工作、小物づくり、簡単ブローチ、木の実ストラップ、御殿まりストラップ、奥多摩の自然体感コーナー(シイタケもぎ取り体験) などなど、お楽しみコーナーも!

日時 8/18 (土) 10:00~15:00

場所 みっくすはうす内ハッピーひろば (練馬区石神井町2-15-15)

定員 午前、午後、種類別各10名前後

参加費 500円前後(材料費)

申込み ハッピーひろば

●メール: happy-hiroba@jcom.zaq.ne.jp

●電話: 03-6796-8080 ●携帯: 080-6602-6639

申込締切 8/15 (水) (空いていれば当日可)

古典文学を楽しむ会と 手作り教室参加者募集!

①【古典文学を楽しむ会】平家物語を先生の解りやすい解説のもと、皆で声を合わせて読んで楽しく学んでいます。

②【手作り教室】着物のリメイクで夏用のチュニックを作ります。

日時 ① 月によって変更がありますので
問い合わせください。

② 毎月第2、第4火曜日、10:30~14:00

場所 まちの駅大泉学園(練馬区大泉学園町5-6-17)

定員 ① 事前申し込み ② 当日申し込み

参加費 ① 300円 ② 月200円

申込み 特定非営利活動法人 まちの駅大泉学園

●電話: 03-3978-0207
090-6712-9158(携帯)

●メール: o.m.n.shop_gakuen@ezweb.ne.jp

真夏のティータイム コンサート

プロの演奏家(Music Box)と会場のみなさんが一体となって、暑い夏の午後を心温まる音楽で、楽しいひと時を過ごしませんか。毎月、練習を重ねている「スマイルベル」(障害者グループ)の演奏もお楽しみください。

日時 8/12 (日) 14:30~16:00(受付 14:00)

場所 区民・産業プラザ3階 ココネリホール

参加費 500円

申込み 練馬区肢体不自由児者父母の会(田中)

●メール: y.tanaka0323@icloud.com

●電話: 090-3478-7872

申込締切 7/20 (金)

第12回ぽてとまつり

保育サービスぽてとの会員が手作りで遊びのコーナーを作り、子どもたち、保護者と一緒に楽しい時間を過ごします。子育て相談もできますよ!

ダーツ、工作、プラレール、ボールプール、フリマ、絵本コーナー、バルーンアート、パネルシアター、ヴァイオリン&チェロのコンサート、育児相談

日時 7/1 (日) 10:30~15:00

場所 区民・産業プラザ3階 ココネリホール

申し込み 不要

直接会場にお越しください

NPO法人保育サービス

ぽてと

●メール: info@potato.or.jp

●電話: 03-5946-6746



<http://www.potato.or.jp>