



こうえんじにゆーす 高円寺NEWS

ようこそ こうえんじ すまいる高円寺へ

こうえんじ ちいき みちか そうだんきかん
～すまいる高円寺は地域に身近な相談機関です～

すまいる高円寺は、区内在住・在勤の障害のある方やご家族などの、生活の相談をお受けしています。
今回は、すまいる高円寺がどんな場所で、何をしているのかを、写真とともに紹介します。

すまいる高円寺への行き方



とほ ぶん
徒歩8分



ば たても
ガラス張りの建物です

- 1階 高円寺障害者交流館
- 2、3階 高円寺福祉事務所

かい
エレベーターで4階へ



または
新高円寺駅から徒歩6分



フリースペース



おお まど けしき み
大きな窓から景色が見える
フリースペースでゆっくり
過ごせます。フリーパソコン
の利用もできます。



事務所

おく しやくん てんわ
奥で職員が電話で
相談を受けていま
す。



チラシコーナー

すぎなみく ふくし かん
杉並区や福祉に関する
チラシがたくさん置いて
あります。

面談室



こべつ ごうだん めんだんしつ
個別のご相談は面談室で
うかがいます。

こちらが受付です。
まずはこちらへ
どうぞ！



ほっと一休みしたり
本を読んだり、パソコンをしたり…



こうえんじ じぎょうしょうかい
すまいる高円寺の事業紹介

そうだん
相談

しょうがい かの かぞく ちいき かの
障害のある方、ご家族、地域の方の、
せいかつ なか ふあん なや そうだん
生活の中で不安や悩みなどのご相談を
うけています。

でんわ ひとり にち15ぶん
電話:一人 1日15分まで
めんだん じぜん よやくせい
面談:事前の予約制です



たよ
ふらっと立ち寄れて
こうりゅう ばしょ
交流できる場所

じりつ しえん かつどう
～自立を支援する活動～

メンバーと、お話し会、散歩、ゲーム、
ものづくりなどを一緒に
あこな こうりゅう ふか
行い、交流を深めます。



とうじしゃ かい
当事者の会

かい
「ぶどうの会」
ちてきしょうがい かの
知的障害のある方
かい
「きづきの会」
しょうがい かの
障害のある方



みな はな あ
皆で話し合い、テーマを
きめ、かつどう
決め、活動しています。

ひとりひとり
一人一人が
く
暮らしやすい
ちいき
地域にする
ために

しょうがい とうじしゃ さまざま じぎょう
ピア(障害のある当事者)が様々な事業に
しゅたいてき かの
主体的に関わっています

しかくしょうがいしゃ
視覚障害者のための
だいどく だいひつ
代読・代筆サービス

こべつひなん さくせい
個別避難プラン作成
しえん
支援など



まち
町づくりのための様々な活動

しょうがい
障害のあるなしにかかわらず、だれ
誰もがあたりまえに暮らすことの
ちいき
できる地域をつくるために、地域の様々な専門機関(保健センター、
しゅうろうしえんきかん しゃかいふくしきょうぎかい 民生委員など)とつながり、話し合
いをしています。

ちいきじゅうみん しょうがい りかい ふか
地域住民が、障害への理解を深められるように、こうざ ひら
お祭りに参加しています。



せいしんしょうがいしゃ ちいき
精神障害者の地域

せいかつ しえん じぎょう
生活を支援する事業

せいしんか びやういん にゅういんちゅう かの
精神科病院に入院中の方へ、
たいいん む しょうせい
退院に向けた支援しています。

「ピア・メンバー」と一緒に、こべつ
やグループでの訪問を行います。
ほうちん おこな

すみたいばしょ あんしん せいかつ
住みたい場所で安心して生活で
きるよう、お手伝いをします。



じぎょう かわ せつめい じごう じゅんじけいさいよてい
事業の詳しい説明は次号から順次掲載予定です。



がくしゅうかい インクルーシブ学習会 ことし せいしんしょうがい ～今年のテーマは、「精神障害」～



※インクルーシブとは…
しょうがい かか
障害に関わらずみんな
いっしょ まな
が一緒に学ぶことです。

2月7日 高円寺学園にて、インクルーシブ学習会が開催されました。これは毎年、同校で中学1年～3年の皆さんを対象に、障害への理解を深めることを目的として、開催されています。

はじめに、担当の鈴木先生から、「精神障害」について丁寧な説明がありました。

次のアクティビティでは、「幻聴・妄想カルタ」を行いました。カルタを通して、楽しみながら「自分もこういうことある！」と共感する声や、振り返りでは「なぜだろう？」と関心を持ち、真剣な眼差しでタブレットに感想を書いている様子が見られました。

最後に、すまいる荻窪「ピア・メンバー」3名から体験のお話がありました。「一人で悩みすぎないで、信頼できる友達や先生に相談してほしい」「障害があるからと心の線を引かないで」「皆さんが嬉しいと思うことは私も嬉しいし、悲しいと思うことは悲しい」という生徒さんの目線でのメッセージがあり、皆さん真剣に聞き入っていました。これからも一緒に、心が通いあえるような場づくりをしていきたいと思ひます。

せいと かんどう 生徒さんの感想より



なや 悩みを語り合うこと、
よき 寄り添うこと。

こころ 心の線を
ひかない。

せいしんしょうがい ひと 精神障害の人を区別するのでは
なく、て 手をとりあっていきたい。

だれ ひとり 誰も一人にならない環境。
たが お互いに理解しあうことが
たいせつ 大切。

だれ あんしん しんらい 誰もが安心して信頼
することのできる
ばしょ 場所や人が大切。

おおぜい ひと まえ 大勢の人の前で勇気を持って
はな 話してくれることがありがた
いと思ひた。

かつどう よてい 活動予定

じょしかい 女子会

がつ 4月1日(火)

『さくらにまつわるエピソード』

ハンドメイド

がつ 4月22日(火)

『ミニこいのぼり』 ぶら下げると風に揺れます

きづきの会

がつ 4月9日(水) 『花粉症対策』

がつ 4月12日(土) 『日帰り〇〇計画』を話してみよう

ぶどうの会

がつ 4月13日(日)

『今年度のぶどうの会について考えよう』



<受託法人> しゃかいふくしほうじん 社会福祉法人 とうきょうとて 東京都手をつなぐ育成会

<開所時間> かいしよじかん 平日9:00～19:00 / 土日9:00～17:00

<休所日> じゅうしよ び 月曜日・祝祭日・年末年始

<住所> じゅうしよ 〒 166-0003 杉並区高円寺南2-24-18 4階

<連絡先> れんらくさき 電話番号:03-5306-6381 / FAX番号:03-5306-6383

<アクセス> じゅうしよ JR高円寺駅から徒歩7分 とうきょうとて 東京メトロ丸ノ内線新高円寺駅から徒歩5分



まいつき 毎月20日頃に
こうしん 更新します!



▲すまいる高円寺
ホームページ

けー がつ よてい
Kすくえあ 4月の予定

げ月	か火	すい水	もく木	きん金	ど土	にち日
	1	2	3	4	5	6
	★女子会 10:30~11:15 ピア相談 13:30~16:30			★K木会 (7年度について話し合い) 14:00~14:45	ピア相談 13:30~16:30	★パソコン 13:20~14:20 14:30~15:30
7	8	9	10	11	12	13
やす 休み	ピア相談 13:30~16:30	★☺ きづきの会 16:00~17:00	★K木会 (散歩) 15:00~16:00		★☺きづきの会 14:00~15:00 ピア相談 15:30~16:30	★☺ぶどうの会 10:30~11:15
14	15	16	17	18	19	20
やす 休み	★すまいるサロン 10:30~11:15 ピア相談 13:30~16:30			★K木会 (テーブルゲーム) 14:00~14:45	ピア相談 15:30~16:30	★パソコン 13:20~14:20 ★スマホ講座 14:30~15:30
21	22	23	24	25	26	27
やす 休み	★ハンドメイド 10:30~11:30 ピア相談 13:30~16:30		★K木会 (卓球) 15:00~15:45		ピア相談 13:30~16:30	
28	29	30				
やす 休み	しょうわ ひ 昭和の日 やす 休み					

お詫び
この度は、ニュースの発行が遅れましたこと、心よりお詫び申し上げます。今後はこのようなことがないように、万全の体制で取り組んで参ります。改めてお詫び申し上げます。

●活動参加には登録が必要です。
★活動はすべて予約制です。
・活動により定員があります。
・ニュース発行後から予約を受付。
(発行の目安は20日頃)
♠ピア相談(電話・来所)
・来所相談は予約制です。
☺当事者の会

○基本的な感染症対策(咳エチケット・手指消毒)にご協力ください。
○37度5分以上の発熱や、体調が悪い場合は、ご利用をお断りする場合があります。
○感染症などの状況により、活動が中止・変更となる場合があります。
ご了承ください。

《フリースペースの利用について》
利用可能な曜日・時間 ○印の枠が利用可能です
利用方法 予約は要りません。※土日は、17時までです。

フリースペース利用	にち日	げ月	か火	すい水	もく木	きん金	ど土
① 10時~11時半	○	△	○	○	△	○	○
② 14時~18時半	○※	△	○	○	○	○	○※