



こう えん じ ニ ュ ー ス

高円寺NEWS



まち す

この街が好きだから...

すぎなみく みりよく なん おも さんし もりこうえん ぜんぶくじがわりよくち みどりゆた おお
杉並区の魅力は何だと思いますか？ 蚕糸の森公園や善福寺川緑地など 緑豊かなスポットが多
くあり、そして交通の便も良く、豊かな自然と都市生活の 調和の取れた 所に魅力があります。

しかし、それだけではありません！

さまざま かつどう かがたが まち き おおはら
様々な活動をしている方々に、この町のこと聞いてみました！（大原）



とうきょうこうえんじ あ わ おど 東京高円寺阿波踊りのボランティア

りようしゃエム
利用者Mさん

ことし かいめ さんか
今年で10回目の参加です。

お客さんから「ボランティアさん、ありがとうご
ざいます」とお礼を伝えてもらったことや、
実行委員会の会長に「今年も来たね」と言われる
と嬉しいです。そして地域の人とのつながりが
出来たことが良かったと思っています。
こうえんじ ま
高円寺フェスでも待っています！

ひろ ゴミ拾いボランティア

りようしゃイチ
利用者Hさん

はじめは、ゴミが拾いたいという思いで
グリーンバード高円寺チームに参加しました。
参加してみて、住んでいる地域で、趣味が合う
人、話ができる人に会えたことが良かった
です。活動を通して、この街が大好きになりました。

こうえんじ グリーンバード高円寺チーム

(ゴミ拾いボランティア)

だいひょう たにむら
代表 谷村さん

ボランティアを始めたきっかけは「町が汚いな」と感
じたこと。そして、せっかく住んでいても地域との関
りが持ててないと感じたこと。もしかして、自分と同じ
思いの人がいるかも…と思い活動を始めました。

『人が集まると地域の話もある』

年間1300名ほど、幅広い年代の方々が参加してくれ
ています。お気軽に参加してください。

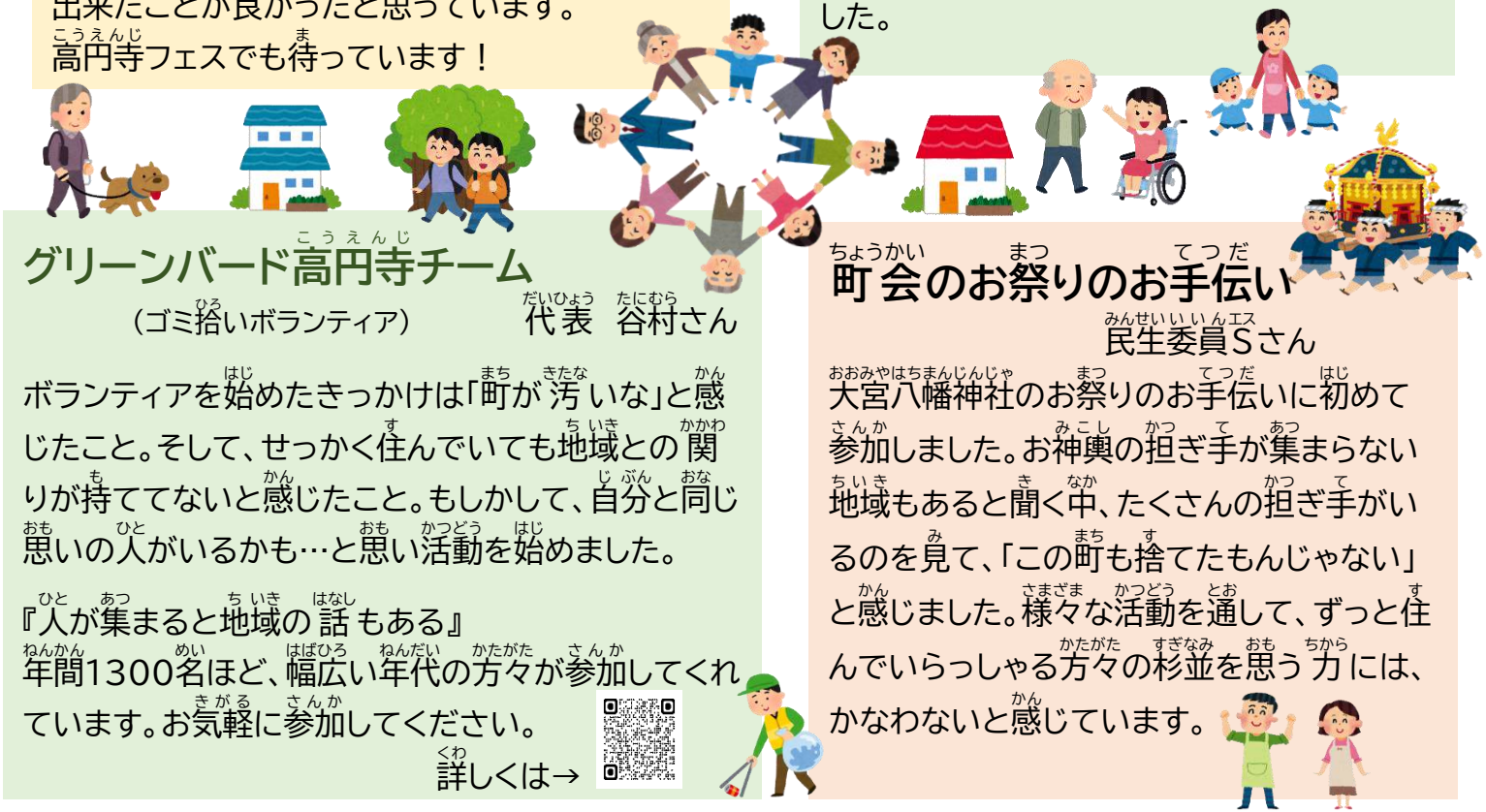
くわ
詳しくは→



ちょうかい まつ てつだ 町会のお祭りのお手伝い

みんせいいいんエス
民生委員Sさん

大宮八幡神社のお祭りのお手伝いに初めて
参加しました。お神輿の担ぎ手が集まらない
地域もあると聞く中、たくさんの担ぎ手が
いるのを見て、「この町も捨てたもんじゃない」
と感じました。様々な活動を通して、ずっと住
んでいらっしゃる方々の杉並を思う力には、
かなわないと感じています。



はっぴいウォーク高円寺

コロナをきっかけに、民生委員が高円寺南2丁目ニュースに、お役立ちマップを掲載することとなり、道端のゴミに気づき、歩くのみではもったいないと、放置されているゴミを拾う美化活動と共に、治安維持や地域を知ることにもなると、ケア24梅里と民生委員、地域の方や教会、各事業所の賛同の元、はっぴいウォーク高円寺が2022年12月より始めました。

はっぴいウォーク高円寺を毎年2回開催する為、高円寺南2丁目の支え合いを考える会で話し合っています。



はっぴいウォーク高円寺

～高円寺南2丁目の支え合いを考える会～



11月18日(火)10:00～11:30開催

申し込み先:すまいる高円寺

おまちしています

事業紹介⑦【まちづくりの取り組み】その1

相談のために来所する利用者は、町の中で暮らしています。そのため、すまいる高円寺では、相談だけでなく、まちづくりの取り組みもしています。私たちは、みんなが暮らしやすい町を目指しています。

(水野)

① 講座等の取り組み

・地域公開講座、防災講座

・自立支援協議会トークライブ

町や地域の方に、障害への理解や交流の場として、地域公開講座や、防災講座を開催しています。

当事者の方の思いや、意見を発表出来る場として、年に1回セッション杉並でトークライブ(シンポジウム)も行っています。



② 防災の取り組み

・震災救援所連絡会

・防災イベント

災害が起きた時に、どんな方でも、地域の避難所で使いやすく、共存できる術を考えています。実体験として堀之内小学校震災救援所震災訓練の防災イベントへ参加し、地域防災について情報交換を行っています。



③ 学校教育への協力

・方南小学校総合学習

・高円寺学園中学インクルーシブ学習

当事者の方と、体験学習を通し交流することで、当事者の方の気持ちや不安を、子供の時から感じてもらえる取り組みを、地域の教育授業の場で行っています。



④ 地域活動参加

・はっぴいウォーク高円寺

・交流館まつり

住みやすく、優しい町になるよう、ケア24と町会共催の、清掃ウォークに参加しています。地域の方とイベントを通し、繋がりを作りながら、障害理解の促進に努めています。



⑤ ボランティア受け入れ

パソコンやハンドメイド活動に地域のボランティア講師をお招きしています。



けーもくかい とくべつ き かく
K木会 特別企画

リラックス体操・ストレッチ

(日時) 11月13日(木)

15:00~15:45

(場所) 高円寺障害者交流館1階

(内容) 簡単なストレッチ体操

(持ち物) フェイスタオル
(ストレッチで使います)
飲み物



スポーツ振興財団+講師の方が
いらっしゃいます。



すまいるピア相談員育成講座

(日時) 11月15日(土) から 全10回

14:00~15:30

(場所) すまいる高円寺 フリースペース

(内容) リカバリー、傾聴などについて、
講義やグループワーク

(対象) 令和4年度以降のピアサポート

入門講座修了者

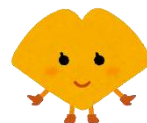
参加申し込み及び質問は



すまいる高円寺まで



11月の活動予定



じょしかい
女子会 【下着について、自由にお話します。】

11月 4日(火) 『下着について』



ハンドメイド

11月25日(火)
『ミニブーケ』



きづきの会【テーマにそってフリートークをします。】

11月 8日(土) 『秋の楽しみ方』

11月12日(水) 『何かグチありますか?』



ぶどうの会【クリスマスに何を飾るかを考えます。】

11月16日(日) 『クリスマス飾りを考える』



<受託法人> 社会福祉法人 東京都手をつなぐ育成会

<開所時間> 平日9:00~19:00/土日9:00~17:00

<休所日> 月曜日・祝祭日・年末年始

<住所> 〒166-0003 杉並区高円寺南2-24-18 4階

<連絡先> 電話番号:03-5306-6381/FAX番号:03-5306-6383

<アクセス> JR高円寺駅から徒歩7分 東京メトロ丸ノ内線新高円寺駅から徒歩5分



毎月20日頃に
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 11月の予定

げつ	か	すい	もく	きん	ど	にち
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					 13:30~16:30 13:30~16:30	★パソコン 13:20~14:20 14:30~15:30 
3	4	5	6	7	8	9
ぶんか 文化 の日 やす 休み	じょしかい ★女子会 10:30~11:15  13:30~16:30			けーもくかい ★K木会 (カードゲーム) 14:00~14:45	かい ★当きづきの会 14:00~15:00  15:30~16:30	
10	11	12	13	14	15	16
やす 休み	 13:30~16:30	★当 きづきの会 16:00~ 17:00	けーもくかい ★K木会 (ストレッチ講座) 15:00~15:45		 15:30~16:30	かい ★当ぶどうの会 10:30~11:30 ★パソコン 13:20~14:20 ★スマホ講座 14:30~15:30 
17	18	19	20	21	22	23
やす 休み	★すまいるサロン 10:30~11:15  13:30~16:30			けーもくかい ★K木会 (WIIゲーム) 14:00~14:45	 13:30~16:30	きんろうかんしゃ 勤労感謝の日 やす 休み
24	25	26	27	28	29	30
ふりかえ 振替 きゅうじつ 休日 やす 休み	★ハンドメイド 10:30~11:30  13:30~16:30		けーもくかい ★K木会 (卓球) 15:00~15:45			

●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)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。
 ○新型コロナウイルス感染症の状況に
 より、活動が中止・変更となる場合があります。
 ます。ご了承ください。

	にち	げつ	か	すい	もく	きん	ど
	日	月	火	水	木	金	土
① 10時~11時半	○	△	○	○	△	○	○
② 14時~18時半	○※	△	○	○	○	○	○※

※土日、17時までです。