



3月



日	月	火	水	木	金	土
3月は移転準備のため「創作びより」がお休み予定です。3/15(金)はスタッフ会議のため16時30分で、また移転のため3/27(水)から4/2(火)まで臨時閉所の予定です。				閉所	1 ボードゲームを やってみよう 15:30~16:30 	2 閉所
3 日曜開所 〈電話〉 11時-12時 13時-16時 〈オープンスペース〉 13時-17時 コスモ茶話会 14:00 - 16:00	4	5	6	7 閉所	8 いづか タイム(仮) 15:00~16:00 内容は未定です オープンスペースで お知らせします	9 閉所
10 閉所	11	12	13	14 閉所 Re START 定例会 14:00~16:30 関心のある方は、必ず 事前にスタッフへ お声掛けください	15 スタッフ会議 のため 16:30で閉所	16 土曜開所 〈電話〉 11時 - 12時 〈オープンスペース〉 13時-17時
17 閉所	18 	19 ピアトーク 15:00~16:00 参加費100円	20 閉所 春分の日	21 閉所	22	23 閉所
24 閉所	25	26	27 3/27(水)~から移転のため臨時閉所になります。 新しい場所での活動(相談、オープンスペース、 地域交流)の開始は4/3(水)の予定です。	28	29	30
31 閉所						



●地域生活支援センターこかげ
〒170-0013
豊島区東池袋4-5-1エアライズタワー103
TEL: 03-5958-1990 FAX: 03-5958-2096

- ◆東京メトロ有楽町線 東池袋駅6・7番出口より徒歩2分
- ◆JR池袋駅 東口より 徒歩15分
- ◆都電荒川線 東池袋四丁目駅より 徒歩3分

社会福祉法人豊芯会 地域生活支援センターこかげ

こかげ便り 2024年 3月号

〒170-0013 豊島区東池袋4-5-1-103
TEL 03-5958-1990 FAX 03-5958-2096
HP <http://www.housinkai.or.jp/>
メールアドレス kokage@housinkai.or.jp

YouTubeチャンネル→



新しい《こかげ》への行きかた

～都電・大塚駅前から～

豊島区南大塚3-32-9 西島ビル4階

新しい場所での活動開始日は
4/3(水)の予定です。詳細はオー
プンスペースにてお知らせします。

4



①都電を降りて、南口方面へ。
右側に見えるガラス窓が「アトレ
ヴィ大塚」です。1階にドラッグ
ストアがあります。

④左側にローソンが見えたら、
そのビルの4階が「こかげ」です。
アパホテルまで行ってしまっ
たら、行き過ぎです。

1



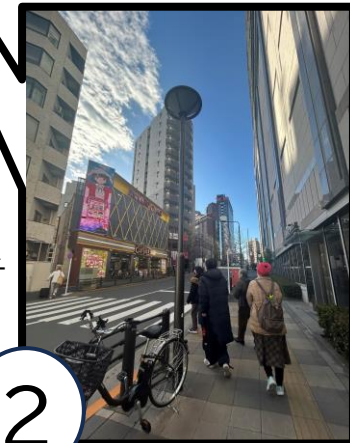
3



③パチンコ「サンドラ」、ドコモシ
ョップ、今井保全ビルを通り過
ぎます。道路をはさんで右側に
ホテルベルクラシック東京があ
ります。

②JR大塚駅南口、神戸屋キッチ
ンを通り過ぎたら郵便ポストの
ある横断歩道を渡ります。渡っ
たら右に曲がります。

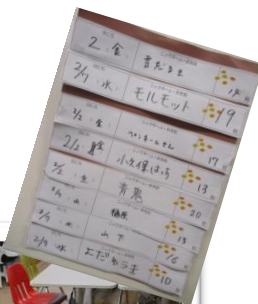
2



2月の
こかげの様子



【福をつかめ！レッツ豆つかみ！】



こかげ恒例行事の豆つかみは、今年も2/2(金)・5(月)・6(火)・7(水)の4日間行いました♪

BGMは毎度おなじみの運動会などでよく耳にする「天国と地獄」で、音楽をかけてもかけなくてもOKなのですが、かけるほうが盛り上がるということで、30秒でいくつ豆をつかめるか、楽しみながら&あせりながら!?一生懸命されている印象でした。最終日は、「もう1度チャレンジして、記録を更新するぞ!」ということで、リベンジされた方もいらっしやり、盛り上がりました。今年もたくさん福(=豆)がつかめました!



2/20(火)に豊島区精神障がい者事業所連合会クイズ大会に参加しました!



3月の
活動予定

豊島区精神障がい者事業所連合会の主催で今年もオンラインクイズ大会があり、こかげはスタッフ含め12名で参加しました。前半は出題された問題に対して、テレビのクイズ番組さながらアプリに手書きで答えを記入するというものでした。歴史問題やなぞなぞがあり、みんなであーだこーだ言いながら回答しました(笑) 後半は早押しクイズで、問題を読んでいる途中から「ピンポン!」と挙手ボタンが鳴り、なかなかボタンが押せず…白熱した雰囲気でした。「いろんな事業所が参加されていて、いろんなところとつながっているんだなと思いました。おもしろかった。」という感想の声がありました。

3/1(金)「ボードゲームやってみよう」 15:30-16:30

オセロや将棋など馴染み深いものから、わりと新しい海外発のゲームまで。集まった人たちで「あれやこれや」と言いながら楽しんでいます。あなたも是非。

3/8(金)「いしづかしいむ(仮)」 15:00-16:00

3月は…内容未定です!すみません。オープンスペースでお知らせしたいと思いますが、興味のあるかたはお電話でもお問い合わせください。よろしくお願いいたします。

3/19(火) ピアトーク 15:00-16:00 飲み物代100円



暮らしのなかで考えていること、感じることなど、障害や病気があるからこそ「あ、そういうことあるよね」と思えることを語り合いませんか?1月はテーマを決めて、話してみたいと思います。

※3月の「創作びより」はお休みです。

東池袋で最後の「コスモス茶話会」(日曜茶話会)開催されます

3/3(日) 14時00分~16時00分 参加費:100円



南大塚3-32-9 西島ビル4階のこかげはこんな感じ!

間取り

※配置等はイメージですので、変更になる可能性があります

- ・オープンスペース
 - ・相談室兼会議室
 - ・スタッフ事務スペース×2
- の合計4つのスペースがあります

スタッフ用
自転車です

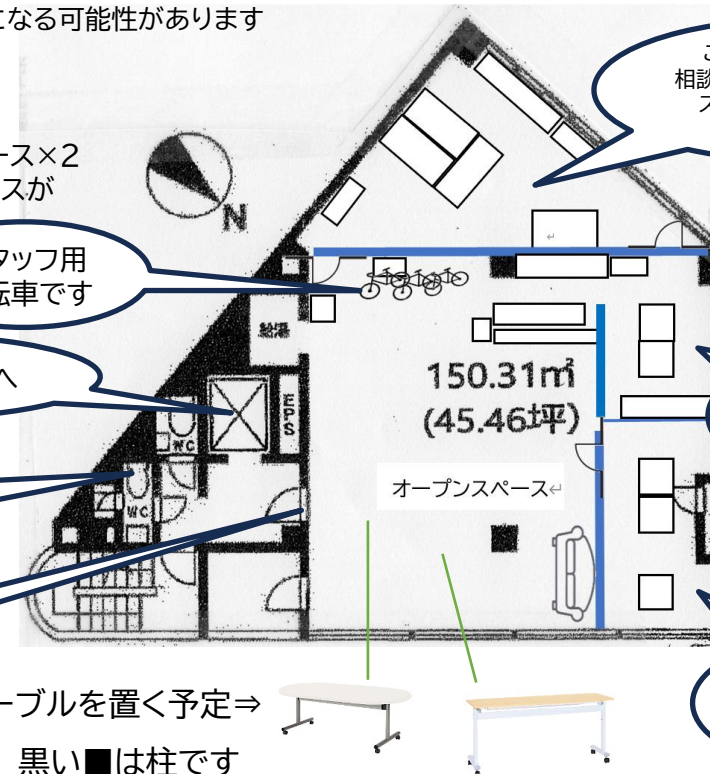
エレベーターで4階へ

トイレは
2か所
あります

入口です!

こんな感じのテーブルを置く予定⇒

黒い■は柱です



この三角形の部分は
相談支援センターこかげの
スタッフ事務スペース
です

スタッフの
事務スペース

相談室
兼 会議室

2/1(木)と2/7(水)の<<談談こかげ>>では、こんな意見が出ました!

アンケートと参加者それぞれのご意見の一部をご紹介します

- ・ アンケートに回答してくれた人は44名いました。「談談こかげ」には延べ12名が参加しました。
- ・ 半数以上の人々が、電話相談は15時以降に最も利用したいという回答でした。
- ・ 同じく、オープンスペースの利用はお昼過ぎに利用したいという人が40%を超えた一方で、「開いているときに、フラッと立ち寄ります」というご意見もありました。
- ・ 参加者からは「自分の得意なことを活かしたグループ活動をしたい!」、「誰かの役に立ちたい」など主体的な活動の場としたいという意見が目立ちました。
- ・ また、「もしもの時に」や「人と繋がれる」、「顔なじみの人たち」といったキーワードも出ました。

編集後記

移転を機に、という訳でもなく、こかげではいつも「こかげって、どんな役割を果たせると良いのだろう?」と常に試行錯誤を繰り返している事業所です。オープンスペースを利用する人、電話相談だけの人、入院中の人、福祉の支援のことを知らずに困っている人などなど…改めてみんなで考えていけると良いなと思います。