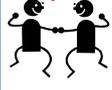


すみだ障害者就労支援総合センター 生活支援 あったまるん すみだ

がつよていひょう

10月予定表



月	火	水	木	金	土
	1	2	3 やかんかいほう 夜間開放 	4	5 13:30~15:00 「インターネット けんさく 検索をしよう」
7 やかんかいほう 夜間開放 	8	9	10 やかんかいほう 夜間開放 	11	12 13:30~15:00 「ペーパー クラフト」
14 やす お休み	15	16	17 やかんかいほう 夜間開放 	18	19 12:00~15:00 りょうりこうざ 「料理講座」
21 やかんかいほう 夜間開放 	22 やす お休み	23	24 やかんかいほう 夜間開放 	25	26 13:00~16:00 「ウォーキング」
28 やかんかいほう 夜間開放 	29	30	31 やかんかいほう 夜間開放 		

■ 【開設時間】 かいせつじかん げつようび とうようび 9:00~20:00 (にちよう しゅくじつ のそ 日曜・祝日を除く)

■ かいせつじかんない けいせつじかんに ずっと 予約なく 利用することができます。

■ しごと せいかつ について の なや 不安 などが ありましたら、 小さな ことでも 結構です ので ご相談 ください。

■ 「家」「職場」に加え、 働く 人々の 第三の 居場所 として、「あったまるんすみだ」を 気軽に ご利用 ください。

たまり場

あつまろんホール（2階）^{かい}夜間開放^{やかんかいほう}

実施曜日^{じっしやうび}：毎週^{まいしゅう}月曜日と木曜日^{げつやうび もくやうび}

時間^{じかん}：17:30 ~ 19:30

■あつまろんホールをたまり場^ばとして開放^{かいほう}します。

■本^{ほん}や雑誌^{ざっし}・DVD^{かんたん}、簡単なゲーム^の、飲み物^{のもの}（有^{ゆうりょう}料^{りょう}）など^{ようい}を用意^{ようい}しています。

自由^{じゆう}な雰囲気^{ふんいき}で仲間^{なかま}と交^{こうりゅう}流^{りゅう}を深^{ふか}めましょう。

■パソコンを自由^{じゆう}に使^{つか}うことができます。

（インターネット^{ぶんしょ}、文書^{ひょう}や表^{さくせい}の作成^{れんしゅう}、タイピング練習^{れんしゅう}など）

※申^{もうしこ}込^{ひつよう}みの必要^{ひつよう}はありません。当^{とうじつ}日^{ちよくせつ}に直^こ接^こお越^こしくください。

【申^{もうしこ}込^{ひつよう}み・問^と合^あせ】

すみだ障害者就労支援総合センター
生活支援 あつまろん すみだ

すみだくみどり
墨田区緑4-25-4

でん
電

わ
話：03-5600-2004

スキルアップ講座

「インターネット検索をしよう」

10月5日（土） 13:30 ~ 15:00

◇パソコンの基本的機能・使い方・

入力手順などを体験してみましよう。

◇インターネット検索を通して、

パソコンの知識を深めましよう。



◆申込みは10月1日（火）18時より受けつけます

参加費：30円（行事保険代） 定員：10人

グループ支援

「ペーパークラフト」

10月12日（土） 13:30 ~ 15:00

◇ペーパークラフトに挑戦してみましよう。

◇細かい作業に取り組むことで

集中力を身に付けましよう。

◇完成した作品を持ち帰る袋を持参してください。



◆申込みは10月8日（火）18時より受けつけます

参加費：250円（材料費と行事保険代） 定員：15人

グループ支援

りょうりこうざ
「料理講座」

～すみちゃんカレーを作ろう

10月19日(土) 12:00 ~ 15:00

すみだくめいぶつ
◇墨田区名物「すみちゃんカレー」にヘルシーな

しょくざい くわ
食材を加え、アレンジして作ります。

ちゅうしょく か
◇昼食を兼ねますが、試食は13時過ぎを予定しています。

さんかくきん すきん
◇エプロン・三角巾(頭巾やキャップなど)を持参してください。

もうしこ がつ にち か じ う
◆申込みは10月15日(火)18時より受けつけます



さんかひ えん ざいりょうひ ぎょうじほけんたい ていいん にん
参加費:300円(材料費と行事保険代) 定員:12人

グループ支援

「ウォーキング」

10月26日(土) 13:00 ~ 16:00

あき りくぎえん さんさく にほんぶんか ぶ
◇秋の六義園を散策し、日本文化に触れましょう。

たいりよくづくり いしき さんさく
◇体力づくりを意識して散策しましょう。

うてん ばあい じつない
◇雨天の場合は室内ゲームを行います。

しょうがいしやてちょう の もの あせふ よう じさん
◇障害者手帳・飲み物・汗拭き用タオルを持参してください。

もうしこ がつ にち すい じ う
◆申込みは10月23日(水)18時より受けつけます



もうしこ び こと ちゅうい
※申込み日がいつもと異なりますので注意してください。

さんかひ えん ぎょうじほけんたい ていいん にん
参加費:30円(行事保険代) 定員:12人