

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

12月予定表



月	火	水	木	金	土
2 やかんかいほう 夜間開放 	3	4	5 やかんかいほう 夜間開放 	6	7 13:30~15:00 わーとこうざ 「Word講座」
9 やかんかいほう 夜間開放 	10	11	12 やかんかいほう 夜間開放 	13	14 13:30~15:00 けいじぶつづく 「掲示物作り」
16 やかんかいほう 夜間開放 	17	18	19 やかんかいほう 夜間開放 	20	21 14:20~15:30 「ポッチャと ストレッチ」
23 やかんかいほう 夜間開放 	24	25	26 やかんかいほう 夜間開放 	27	28 13:30~15:00 ねんまつぎょうじたいげん 「年末行事体験」
29	30	31	<p>12/29~1/3 まで やす センターはお休みです</p>		

■ 【開設時間】 月曜日～土曜日 9:00～20:00 (日曜・祝日を除く)

■ 開設時間内はいつでも予約なく利用することができます。

■ 仕事や生活についての悩み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、文書^{ぶんしょ}や表^{ひょう}の作^{さくせい}成^{せい}、タイピング^{れんしゅう}練^{れん}習^{しゅう}など）

※申^{もうしこ}込^こみの必^{ひつよう}要^{よう}はあ^ありま^ませ^せん。当^{とうじつ}日^{じつ}に直^{ちやくせつ}接^{せつ}お越^こし^しく^くだ^ださい。

【申^{もうしこ}込^こみ・問^と合^あせ】

すみだ障^{しょう}害^{がい}者^{しや}就^{しゅう}労^{らう}支^し援^{えん}総^{そう}合^{ごう}セ^せン^んタ^たー
生^{せい}活^{くわつ}支^し援^{えん} あつまろん すみだ

墨^{すみ}田^だ区^く緑^{りく} 4-25-4 電^{でん}話^わ：03-5600-2004

スキルアップ講座

「Word講座」～年賀状作り

12月7日（土） 13：30 ～ 15：00

◇Wordを使って年賀状を作しましょう。

◇日本の大切な文化である季節の

挨拶状について学びましょう。

◇完成した年賀状を大切な人に送しましょう。

※年賀状は一人3枚まで作成できます。



◆申込みは 12月3日（火）18時より受けつけます

参加費：50円（材料費と行事保険代） 定員：10人

グループ支援

「掲示物作り」

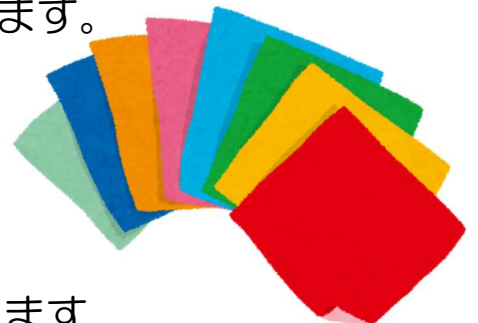
12月14日（土） 13：30 ～ 15：00

◇2F あったまろんホールの掲示物を作成します。

◇いくつかのグループに分かれて作業を行います。

◇ちぎり絵での作品や写真を使った作品を

皆で協力しながら作り上げましょう。



◆申込みは 12月10日（火）18時より受けつけます

参加費：30円（行事保険代） 定員：15人

グループ支援

「ボッチャとストレッチ」

12月21日（土） 14:20 ~ 15:30

◇専門講師をお招きしての「ボッチャとストレッチ」。

◇3回目となる今回は、相手チームのボールに

当てることを目標にがんばりましょう。

◇動きやすい服装で、飲み物や汗拭きタオルをご用意ください。

◆申込みは12月17日（火）18時より受けつけます



参加費：30円（行事保険代）

定員：12人

グループ支援

「年末行事体験」

12月28日（土） 13:30 ~ 15:00

◇年末に行われる「餅つき」の由来や歴史を学び、

餅の代わりに「おはぎ」を作しましょう。

◇2F あったまろんホールの清掃と掲示物を貼り付けもします。

◇動きやすい服装で、エプロンと三角巾をご用意ください。

◆申込みは12月24日（火）18時より受けつけます



参加費：210円（材料費と行事保険代）

定員：12人