

# すみだ障害者就労支援総合センター 就労生活支援 あったまるん すみだ



がつよていひょう  
1月予定表

月	火	水	木	金	土
		1 がんとん 元旦	2 やす お休み	3 やす お休み	4
6 やかんかいほう 夜間開放 	7	8	9 やかんかいほう 夜間開放 	10	11 13:30~15:15 しえん G支援 せつぶん 「節分アロマソルト ディフューザーを作ろう！」
13 せいじん ひ 成人の日	14	15	16 やかんかいほう 夜間開放 	17 18:30~19:50 しえん G支援 せいしんしょうがい はったつ 精神障害・発達 しょうがい む かい 障害向けの会	18
20 やかんかいほう 夜間開放 	21	22	23 やかんかいほう 夜間開放 	24	25 13:30~15:00 しえん G支援 つる お へいわ いの 「鶴を折って平和への祈り に参加しよう~2025~」
27 やかんかいほう 夜間開放 	28	29	30 やかんかいほう 夜間開放 	31	

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

■ 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**

あったまろんホール（2階）<sup>かい</sup> 夜間開放<sup>やかんかいほう</sup>

実施曜日<sup>じっしやうび</sup>： 毎週<sup>まいしゅう</sup> 月曜日<sup>げつやうび</sup>と木曜日<sup>もくやうび</sup>

時<sup>じ</sup> 間<sup>かん</sup>： 17:30 ~ 19:30

■あったまろんホールをたまり場<sup>ば</sup>として開放<sup>かいほう</sup>します。

■本<sup>ほん</sup>や雑誌<sup>ざっし</sup>・ビデオ<sup>びでう</sup>、簡単<sup>かんたん</sup>なゲーム<sup>げーむ</sup>などを用意<sup>ようい</sup>しています。

自由<sup>じゆう</sup>な雰囲気<sup>ふんいき</sup>で仲間<sup>なかま</sup>と交流<sup>こうりゅう</sup>を深め<sup>ふか</sup>ましょう。

■パソコン<sup>ぱそこん</sup>を自由<sup>じゆう</sup>に使用<sup>つか</sup>することができます。

（インターネット<sup>いんたーねっと</sup>、文書<sup>ぶんしょ</sup>や表<sup>ひょう</sup>の作成<sup>さくせい</sup>、タイピング<sup>たいぴんぐ</sup>練習<sup>れんしゅう</sup>など）

※夜間開放<sup>やかんかいほう</sup>は申込み<sup>もうしこ</sup>の必要<sup>ひつよう</sup>はありません。

当日<sup>とうじつ</sup>に直接<sup>ちよくせつ</sup>お越<sup>こ</sup>してください。

【申込み・問合せ<sup>もうしこ といあわ</sup>】

**すみだ障害者就労支援総合センター**  
**就労生活支援 あったまろん すみだ**

すみだくみどり 墨田区緑4-25-4 <sup>でん</sup> 電話<sup>わ</sup>：03-5600-2004  
メール：seikatu10@sumida-ganba-work.com

# 【スキルアップ講座・グループ支援に参加の皆さまへ】

• 参加の際は筆記用具とメモ帳またはノートを持参して下さい。

• 換気のため窓を開けることがあるので、寒さ暑さ対策をお願いします。

• 熱中症対策として、必ず飲み物をお持ち下さい。(屋内も含む)

• 参加費はおつりのないようによく用意してきてください。



## ① 1月4日(土)

スキルアップ講座・グループ支援は  
お休みです。

### グループ支援

## 「節分アロマソルトディフューザーを作ろう！」

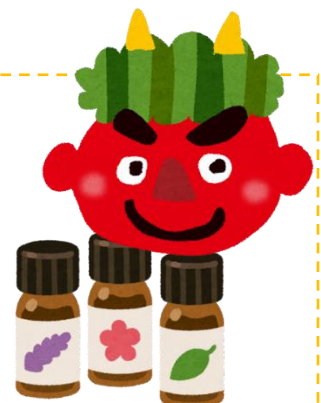
② 1月11日(土) 13:30 ~ 15:15

◇節分の由来を学びながら、火や電気を使わない

アロマソルトディフューザーを作りましょう。

◇持ち物：エプロン、手拭きタオル、持ち帰り袋

◆抽選申込期間：12月24日(火) 9時 ~ 25日(水) 20時



参加費：750円(材料費と行事保険代)

定員：10人

グループ支援

せいしんしょうがい はったつしょうがい む かい  
精神障害・発達障害向けの会

とちゅうにゅうたいしつじゅう  
※途中入退室自由

③ 1月17日(金) 18:30 ~ 19:50

◇テーマにこだわらず気軽にしゃべりをする集まりです。

◇気軽に話せる、気軽に聞ける当事者の居場所

として参加してください。遅刻、途中退席もOK!



◆対象：精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方

◆申込：センターもしくは担当者へ申込の連絡をお願いします。

参加費：33円 (行事保険代)

定員：10人

グループ支援

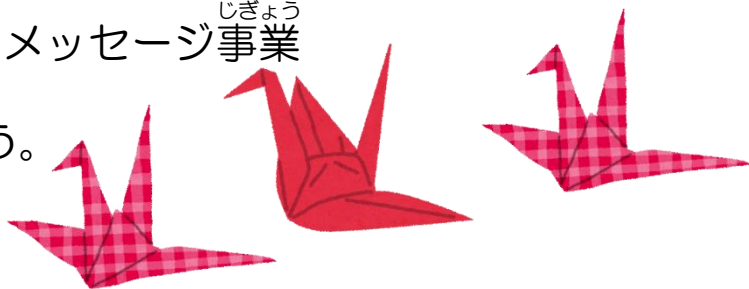
つる お へいわ いの さんか  
「鶴を折って平和への祈りに参加しよう~2025~」

④ 1月25日(土) 13:30 ~ 15:00

◇墨田区主催「28万人の平和メッセージ事業

平和への祈り」の鶴を折ろう。

◇持ち物：手拭きタオル



◆抽選申込期間：1月14日(火) 9時 ~ 15日(水) 20時

参加費：33円 (行事保険代)

定員：10人

\* 講座の参加前や参加後に集まったの会食は控えてください。

\* 講座開始の30分以上前に来所しないでください。

\* 体調が良くないときは参加しないようにしてください。