

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



がつよていひょう
7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 しえん G支援 「スクラッチアート 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 こうざ S講座 じこかんり 「自己管理って なんだろう？」
14 やかんかいほう 夜間開放 	15	16	17 やかんかいほう 夜間開放 	18 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	19
21 うみ ひ 海の日	22	23	24 やかんかいほう 夜間開放 	25	26
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】 かいせつしかん げつようび きんようび 月曜日～金曜日 9:00～20:00 (にちよう しゅくじつ のそ 日曜・祝日を除く)

ど よう び 土 曜 日 9:00～17:00

■ しごと せいかつ なや ふあん 仕事や生活についての悩みや不安などがありましたら、ちい けっこう 小さなことでも結構です
のでご相談ください。

■ いえ しょくば くわ はたら ひとびと だいさん いばしょ 「家」「職場」に加え、働く人々の第三の居場所として「あったまろんすみだ」
きがる りよう 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）^{かい} 夜間開放^{やかんかいほう}

じっしょうび
実施曜日： 毎週 月曜日と木曜日

じ かん
時 間： 17:30 ~ 19:30

■あった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}・ビデオ^{かんたん}、簡単なゲーム^{ようい}などを用意しています。

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

■パソコン^{じゆう}を自由^{つか}に使うことができます。

（インターネット^{ぶんしよ}、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）

※夜間開放^{やかんかいほう}は申込み^{もうしこ}の必要^{ひつよう}はありません。

とうじつ ちょくせつ こ
当日^{とうじつ}に直接^{ちょくせつ}お越しください。

【申込み・問合せ】

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 電話^{でんわ}：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用意してきてください。



グループ支援

「スクラッチアートをしよう」

① 7月5日（土） 13:30 ~ 15:00

◇スクラッチアートシートを集中して線に沿って

削り、美しいアートを作りましょう。

◇持ち物：持ち帰り袋



◆抽選申込期間：6月24日（火）9時 ~ 25日（水）20時

参加費：100円（材料費と行事保険代）

定員：10人

スキルアップ講座

「自己管理ってなんだろう？」

② 7月12日（土） 13:30 ~ 15:00

◇社会人として必要な自己管理とは何かを知ろう。

◇日常生活に役立てていきましょう！

◇持ち物：筆記用具一式



◆抽選申込期間：7月1日（火）9時 ~ 2日（水）20時

参加費：33円（行事保険代）

定員：10人

③ 7月18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

④ 7月26日（土）

スキルアップ講座・グループ支援は
お休みです。

- * 講座の参加前や参加後に集まって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。