

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
3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 しえん S支援 「『いじめ』に かんが ついて考える」
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 18:30~19:45 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	14
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 春分の日	21
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 しえん G支援 「ポッチャを しよう」
30 やかんかいほう 夜間開放 	31				

■ 【開設時間】 かいせつじかん 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 のぞ 日曜・祝日を除く)
と よう び 土曜日 9:00~17:00

■ しごと せいかつ なや ふあん ちい けっこう 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。

■ いえ しょくば くわ はたら ひとひと 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）^{かい} 夜間開放^{やかんかいほう}

実施曜日^{じっしょうび}：毎週^{まいしゅう} 月曜日^{げつようび}と木曜日^{もくようび}

時^じ 間^{かん}：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^{びでう}、簡単^{かんたん}なゲーム^{げーむ}などを用意^{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}と交流^{こうりゅう}を深め^{ふか}ましょう。

■パソコン^{ぱそこん}を自由^{じゆう}に使用^{つか}することができます。

（インターネット^{いんたーねっと}、文書^{ぶんしょ}や表^{ひょう}の作成^{さくせい}、タイピング^{たいぴんぐ}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。

当日^{とうじつ}に直接^{ちよくせつ}お越^こしてください。

【申込み・問合せ^{もうしこ といあわ}】

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 ^{でん} 電話^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。
- 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。



スキルアップ講座「『いじめ』について考える」

① 3月7日(土) 13:30 ~ 15:00

◇職場や日常で起きるかもしれない

「いじめ」について学ぼう。

◇困った時に相談する力を身につけよう！



◆抽選申込期間：2月24日(火) 9時 ~ 25日(水) 20時

参加費：33円(行事保険代) 定員：10人

グループ支援

精神障害・発達障害向けの会

※途中入退室自由

② 3月13日(金) 18:30 ~ 19:45

◇テーマにこだわらず気軽にお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

③ 3月21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

「ボッチャをしよう」

④ 3月28日(土) 13:30 ~ 15:00

◇パラリンピックの正式種目「ボッチャ」で

仲間と協力してチーム対抗戦を楽しもう!

◇持ち物：動きやすい服装・キャップ付きの飲み物・汗拭きタオル



◆抽選申込期間：3月17日(火)9時～18日(水)20時

参加費：33円(行事保険代)

定員：8人

- * 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。