

# 地域生活支援センターあさやけ

<開所時間> <相談> / <交流室>  
 月～金 午前10時～6時 / 12時～6時  
 土 午後12時～午後6時  
 日・祝日 閉所

2019年



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4 ㊦今日の料理 ひるごはん	5 スポーツ 13:30～15:00	6	7	8	9
10 ㊦カレータ食会 *5/20～ 予約を受け付 けます。	11	12 女性のための ・・・書道	13 SST	14	15 サタデー ひだまり	16
17	18	19 ㊦女子会 スポーツ 13:30～15:00	20	21	22	23
24	25 ㊦今日の料理 ゆうごはん	26 女性のための ・・・書道	27 風の会& メンバー学習会	28	29	30

熱中症について学習します。

**プログラム** ㊦マークのものは事前予約が必要です。

## <通常プログラム>

- 風の会&メンバー学習会 ・3時 ～ 4時
- 女性のための書道 ・10時半～12時
- 女子会 ・10時半～12時
- ピアサポート～なかま会～ ・3時 ～ 4時
- SST ・4時半～5時半
- 今日の料理 ひるごはん ・10時半～12時半
- ゆうごはん ・3時半～5時半
- カレータ食会 ・5時 ～ 6時

- センターの活動報告、テーマごとの学習・ミーティング。  
参加費 50 円。書道とお茶会。女性メンバーが集う場。
- ㊦ガールズトークが楽しめる茶話会 参加費 100 円  
テーマに沿って、なかま同士が気持ちや体験を語る場。  
みんなでゲームをしたり、困ったことを話し合えるプログラム。
- ㊦参加費 300 円。調理・片づけの自炊の練習。
- ㊦参加費 300 円。手作りカレーをみんなで食べる会

## <家族グループ・市民活動>

- サタデーひだまり ・1時半～4時
- けやき会家族相談会 ・1時半～

元気村2階第二会議室。一杯 100 円で飲み物にお菓子も付きます。  
家族のための相談・学習の場