

# 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 ㊦今日の料理 ひるごはん	3	4	5	6	7
8 ㊦カレータ食会 *6/10～ 予約を受け付けます。	9	10 女性のための ・・・書道	11 SST	12	13	14
15 海の日 閉所日	16 ピアサポート ～なかま会～	17 ㊦女子会	18	19	20	21
他人の顔と名前が一致しないときどうするか？						
22	23 ㊦今日の料理 ゆうごはん	24 女性のための ・・・書道	25 風の会& メンバー学習会	26	27	28
29	30	31	健康診断・血圧チェック セルフチェックについて			

**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。
- ㊦ガールストークが楽しめる茶会。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