

すみだ障害者就労支援総合センター 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 お休み	2 お休み	3 お休み	4	5 13:30~15:00 「パソコンゲーム あそ で遊ぼう」
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 「オリジナル カレンダー作り」
14 お休み	15	16	17 やかんかいほう 夜間開放 	18	19 13:00~15:30 「初詣に行こう」
21 やかんかいほう 夜間開放 	22	23	24 やかんかいほう 夜間開放 	25	26 13:00~15:00 「料理講座と えいようまめちしき 栄養豆知識」
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 午前9：00～午後8：00（日曜・祝日を除く）

- 開設時間内はいつでも予約なく利用することができます。
- 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

あつたまろんホール（2階）^{かい} 夜間開放^{やかんかいほう}

実施曜日^{じっしやうび}：毎週^{まいしゅう} 月曜日^{げつやうび}と木曜日^{もくやうび}

時間^{じかん}：17:30 ~ 19:30

■あつ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^の、飲み物^{もの}（有^{ゆうりょう}料^{りょう}）など^{ようい}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^{こうりゆう}流^{りゆう}を深^{ふか}めましょう。

■パソコンを自由^{じゆう}に使用^{つか}することができます。

（インターネット、文書^{ぶんしょ}や表^{ひょう}の作成^{さくせい}、タイピング^{れんしゅう}練習^{れんしゅう}など）

※申^{もうしこ}込^こみの必要^{ひつよう}はありません。当^{とうじつ}日^{じつ}に直^{ちやく}接^{せつ}お越^こしく下さい。

【申^{もうしこ}込^こみ・問^{といあわ}合せ】

すみだ障害者就労支援総合センター
生活支援 あつたまろん すみだ

すみだくみどり 墨田区緑 4-25-4 電^{でん}話^わ：03-5600-2004

スキルアップ講座

「パソコンゲームで遊ぼう」

1月5日（土） 13:30 ~ 15:00

◇パソコンゲームを通じて基本的な

操作方法を学びましょう。

◇キーボードのさまざまな機能を学びましょう。

◇パソコンの楽しさを体験してみましょう。



◆申込みは12月25日（火）18時より受け付けます

参加費：30円（行事保険代）

定員：10人

グループ支援

「オリジナルカレンダー作り」

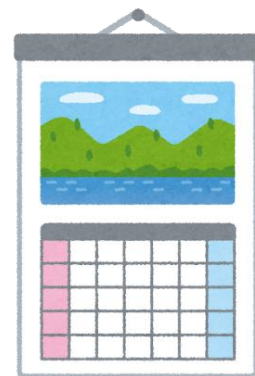
1月12日（土） 13:30 ~ 15:00

◇事前に準備しておいた材料を使用し、

オリジナルカレンダーを作成します。

◇カレンダー作成を通じて、先の予定を立てる

楽しみを体感しましょう。



◆申込みは1月8日（火）18時より受け付けます

参加費：200円（材料費と行事保険代）

定員：14人

グループ支援

「初詣に行こう」

1月19日（土） 13:00 ~ 15:30

◇初詣という新年最初の行事を通じて、

初詣の目的を学び実践してみましよう。

◇亀戸天神社を散策しながら、年末休みでの

運動不足を解消しましよう。



※当日は防寒及び動きやすい服装で、都営無料パス・飲み物・タオルを持参してください。

◆申込みは1月15日（火）18時より受けつけます

参加費：30円（行事保険代）

定員：15人

グループ支援

「料理講座と栄養豆知識」

防災食、防災備蓄について考えてみよう

1月26日（土） 13:00 ~ 15:00

◇防災食を知る、作る、食べてみる講座です。

◇防災備蓄品などを利用して防災食を作りましよう。

◇その他、災害時に使える豆知識を学びましよう。

◆申込みは1月22日（火）18時より受けつけます。



参加費：200円（材料費と行事保険代）

定員12人