

2018年7月

日	月	火	水	木	金	土
1 ●定例会 夕食会 カレー風味オムレツ・ピーマンと桜エビの和え物・ツナサラダ・スープ・ごはん	2 *ピアカウンセリング *なでしこクラブ*	3 休み	4 *ピアカウンセリング 夕食会 ハンバーグ・きんぴら・きゅうりとハムの酢の物・スープ・ごはん	5	6 *ピアカウンセリング 夕食会 なすとひき肉のぶっかけそうめん・ごぼうサラダ・セタゼリー	7 休み
8 夕食会 鮭のピカタ・カボチャサラダ・野菜のマリネ・コーンスープ・ごはん	9 *ピアカウンセリング ランチ会	10 休み	11 職員会議のため 閉所	12 ♪音楽クラブ♪	13 *ピアカウンセリング 夕食会 豚とピーマンの味噌炒め・シーフードサラダ・野菜の和え物・みそ汁・ごはん	14 休み
15 ◇トーキング 夕食会 夏野菜カレー・マセドリアンサラダ・ヨーグルト	16 祝日 休み	17 休み	18 ◆避難訓練◆ *ピアカウンセリング 夕食会 天ぷら・酢の物・冷奴・みそ汁・ごはん	19 料理教室	20 会議のため 閉所	21 休み
22 夕食会 野菜炒め・春雨サラダ・高野豆腐の煮物・ワンタンスープ・ごはん	23 *ピアカウンセリング 料理教室	24 休み	25 *ピアカウンセリング 夕食会 ゴーヤのスクランブルエッグ・大根サラダ・にらともやしと人参のごま和え・みそ汁・ごはん	26 【権利擁護相談日】 13:30~15:30	27 就労支援フォーラム *ピアカウンセリング 夕食会 魚介とトマトのスパゲッティ・グリーンサラダ・スープ・果物	28 休み
29 ♪音楽クラブ♪ 夕食会 冷しゃぶ・えのきベーコン炒め・野菜の煮物・みそ汁・ごはん	30 *ピアカウンセリング *なでしこクラブ*	31 休み		<p>*連絡先*</p> <p>尼崎あすなろ福祉会 地域生活支援センター ポルタ</p> <p>TEL 06-4256-7993 06-6428-1644</p> <p>FAX 06-4256-6997 ※電話受付時間 10:00~17:30</p> <p>開所時間: 11:00~18:00</p> <p>ホームページ <a href="http://www.ameasunaro.or.jp">http://www.ameasunaro.or.jp</a></p>		

夕食会 水・金・日 17:00～ 1回 1食400円 メニューは予定表に記載

予約・キャンセルは14:30までお願いします。



食材の関係で、内容が変わることがあります。

入浴 毎日 11:00～18:00までの間 1回 1時間 100円

シャンプー・リンス・ボディソープはおいています。バスタオル・タオルは持参ください！！

音楽クラブ♪ 7月12日(木)29日(日)15:00～16:00 参加費:無料

～音楽療法士さんに来て頂き、一緒に歌を歌ったり、楽器を弾いたり～

12日:すまいると合同 29日:ポルタのみ

●料理教室 7月19日(木)・23日(月) 参加費:300円

～みんなで分担して夕食を作っています。

興味のある方はお気軽に参加してください！～

◆定例会 (旧:座談会) 7月1日(日) 13:30～

～ポルタをみんなが利用しやすいようにする為に、「こんなことしてほしい」

「これは見直したほうが」など意見を話し合っています。～

◇トークキング 7月15日(日)13:30～

テーマを決めて、それぞれの意見を話し合っています。7月のテーマは

「暑さ対策」「夏祭り」「寝苦しい夜の対策」「最近あった困った事」です。

みなさんふるってご参加ください♪

なでしこクラブ 7月2日・30日(月)15:00～16:00

内容 : 2日…七夕の飾りと短冊作り

30日…ブラウニー作り



カラオケの利用について

ご自由に利用ください。

静養室で休まれている方がいる時は譲り合いをお願いします。

昼食について

\*あすなろ亭弁当の注文 日 時: 原則 月・水・木・金曜日

弁当代: 500円 (障害者手帳をお持ちの方……400円)

予 約: 前日の留守電(～10:00)までの予約をうかがっています。

\*ラーメン お作りいたします 11:00～14:30

16:30～17:30(料理教室のない月曜日・木曜日のみ利用可能です)

精神障害者相談員(ピアカウンセリング)

同じ障害を持った方が話を聞く(ピアカウンセリング)の日を設けています。

詳細については、ポルタにご連絡ください。(ご予約受付いたします。)

\*精神障害者相談員 7月2・9・23・30日(月)15:00～17:00

7月4・18・25日(水)14:00～16:00

7月6・13・27日(金)13:30～15:30

権利擁護なんでも相談 7月26日(木)13:30～15:30

内田扶喜子さんに来ていただき、権利擁護についての相談ができるようになりました。

福祉サービスのこと、財産管理についてなど、お気軽にご相談ください。

ランチ会 7月9日(月) 11:15～

場所は『ステキハウス宮』に決まりました！11:15頃にポルタを出発予定です。

当日、ポルタは開所予定ですので、参加されない方は通常どおり利用できます。

避難訓練 7月18日(水)夕方ごろを予定

当日ポルタにおられる方は参加をしていただきます。

今回は地震火災を想定した避難訓練を行います。ご協力お願いいたします。

就労支援フォーラム 7月27日(金) 12:30～15:00 (時間内で入退場は自由)

場所: 尼崎中小企業センター7階

市内の障害福祉サービス行う事業所が集まり、事業所説明会が催されます。

詳細は、ポスターご覧いただくか、職員に確認してください。

当日、職員も参加する予定です。少しでも興味のある方はぜひ一緒に行きましょう♪