

2020年3月

日	月	火	水	木	金	土
1 ◆定例会 *ピアカウンセリング 夕食会 オムレツ・マカロニサラダ・ごはん・スープ	2 ☆なでしこクラブ☆	3 休み	4 *ピアカウンセリング 夕食会 ちらし寿司・魚のソテー・お吸い物・ひなあられ	5 🕒チャレンジクッキング🕒	6 *ピアカウンセリング 夕食会 肉ごぼろ炒め・青菜とちくわの和え物・みそ汁・ごはん	7 休み
8 *兵庫県障害者芸術文化祭 *ピアカウンセリング 夕食会 鶏肉のピカタ・キャベツとウィンナーの炒め物・スープ・ごはん	9	10 休み	11 *ピアカウンセリング 夕食会 肉じゃが・きのこのソテー・みそ汁・ごはん	12 ♪音楽クラブ♪	13 *ピアカウンセリング 夕食会 ポークチャップ・グリーンサラダ・みそ汁・ごはん	14 休み
15 ◆トーキング *ピアカウンセリング 夕食会 麻婆豆腐・中華サラダ・スープ・ごはん	16 ☆なでしこクラブ☆	17 休み	18 職員会議のため 閉所	19 🕒チャレンジクッキング🕒	20 祝日	21 休み
22 *ピアカウンセリング ♪音楽クラブ♪ 夕食会 カレーライス・野菜サラダ・ヨーグルト	23 🕒チャレンジクッキング🕒	24 休み	25 仮・お花見 (雨天中止)	26 【権利擁護相談日】 13:30~15:30	27 会議のため 閉所	28 名月姫桜まつり 11:00~ ポルタは閉所 ※雨天中止(雨天時ポルタ閉所)
29 桜まつり代休のため閉所	30			<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.amaasunaro.or.jp">http://www.amaasunaro.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♪ 3月12日(木)22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:すまいる合同発表会(ポルタにて) 22日:ポルタのみ

◆チャレンジクッキング 3月5・19日(木)23日(月) 参加費:200円

みんなで分担しておやつ等を作っています。興味のある方はぜひ参加してみてください！

◆定例会 3月1日(日) 13:30～15:00 場所:食堂

～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 3月15日(日)13:30～15:00

テーマを決めて、それぞれの意見を話し合っています。3月のテーマは

「ホワイトデーについて」「花粉について」「春分の日について」「ひな祭りについて」

「1番好きなひなあられについて」です。

みなさん振るってご参加ください！

なでしこクラブ 3月2・16日(月) 15:00～16:00

内容 : 2日:フライパンで作る簡単プリン

16日:(茶話会もかねて)予定決めミーティング

カラオケの利用について

ご自由に利用してください。静養室で横になっている人がいる場合には譲り合いをお願いします。

昼食について

\*あすなる亭弁当の注文 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:10:00の留守電までに予約をうかがっています。

\*ラーメン

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。(ご予約も受付いたします。)

\*精神障害者相談員 3月1・8・15・22日(日)15:00～17:00

3月4・18日(水)14:00～16:00

3月6・13日(金)13:30～15:30

※予定の変更等がある場合があります。利用希望の方はポルタまでご相談ください。

権利擁護なんでも相談 3月26日(木)13:30～15:30

内田扶喜子さんに権利擁護についての相談ができます。

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。

兵庫県障害者芸術文化祭 3月6日(金)～3月8日(日) 場所:兵庫県立美術館

ポルタでは、3月8日(日)に搬出のため行く予定です。

搬出のお手伝いをしてくださる方は、職員にお声かけ下さい。よろしく願いいたします。

名月姫桜まつり 3月28日(土) 11:00～16:00 場所:尾浜商店街(雨天中止)

ポルタは、フライドポテトとから揚げの販売を予定しています。

当日ポルタは閉所していますので、お気をつけください。

※雨天中止の場合は11:00～16:00で開所予定です。プログラムはありません。

※3月29日(日)は名月桜まつりの代休としてポルタは閉所となります。

仮・お花見 3月25日(水) 11:30～15:00 場所未定

3月25日(水)を仮・お花見として予定しています。夕食会はありません。

参加者表を用意しておきますので、名前と弁当の有無の記入をお願いします。

当日参加も可。