



# つくしセンター-23年9月の予定



日	月	火	水	木	金	土
				1 つくしラーメン	2 軽食の日	3
				 スタッフM	新潟県精神保健 福祉協会記念講演 IN リージョンプラザ 午後2~3時40分	休館
4	5	6 ランチ	7 つくしラーメン	8 つくしラーメン	9	10
休館	軽食の日	冷やし中華 軽作業 10~12時交流室	 喫茶茶話会 10~12時交流室	 軽作業 10~12時交流室	軽食の日	バタバタ祭り ~糸魚川へ センター休館日
11	12	13 ランチ	14 つくしラーメン	15	16	17
休館	軽食の日	夏野菜カレー 軽作業 10~12時交流室		喫茶お休み 軽作業 10~12時交流室	音楽会前日準備 喫茶13時閉店	第19回 つくしんぼ 音楽会
18	19	20 ランチ	21 つくしラーメン	22 つくしラーメン	23	24
休館	休館 敬老の日 	とんから揚げ 軽作業 10~12時交流室	 くいチャレ IN スタミナ太郎	 軽作業 10~12時交流室	休館日 秋分の日 	休館
25	26	27 ランチ	28 つくしラーメン	29 つくしラーメン	30 軽食の日	
休館	軽食の日	きのこ汁と舞茸ご飯 軽作業 10~12時交流室		 軽作業 10~12時交流室	喫茶M 14:30~15:30 交流室	

## つくしセンターからのお知らせ

春の登録者の会のアンケートでご要望があり、

このたびセンター内のマガジンラックが充実いたしました！

☆こまち上越 ☆ジャックランド ☆こころの元気



ご来所の際は是非手にとってご覧ください！  
ゆっくりとおくつろぎ下さい。

**第19回 つくしんぼ音楽会**  
9月17日(土) 前売り 500円  
午後2時~3時半 当日600円

出演/Joetsu Brave Bucking Horse  
(ジョウエツ ブレイブ バッキングホース)

絶賛 チケット販売中！！

お友達お誘いあわせの上、ご来所お待ちしております。

### 喫茶・軽食つくしんぼからのお知らせ

☆残暑 続くこの季節だからこそ **¥120**

**かりかりラモア**  
まだまだ 継続！ガリガリ楽しんで下さい



☆秋の季節にピッタリ！熱い要望にお応えし

**和風きのこパスタ 復活！**



是非 ご賞味下さい！ 小鉢・スープ付 **¥500**



### 食いチャレ IN おたみな太郎

焼き肉・寿司・季節調理と幅広いジャンル・手作り体験も人気の専門店。

味わう・楽しむ。バイクンクならではの魅力を堪能できるお店です！

日時 **9月21日(水) 11時~**

乗車定員 センターからの乗車は10名(先着) 送迎、ご相談下さい。

食べ放題制限時間90分 1,050円！

レク・サークル、シャトルカーは事前に申し込みが必要です。

**予約受付開始 9月5日(月)**

つくしセンターtel025-521-2860 fax025-521-2861