



つくしセンター-23年6月の予定



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					軽食の日	休館
3	4	5 ランチ	6 喫茶お休み	7つくしラーメン	8	9
休館	軽食の日	冷やし中華 軽作業 10~12時交流室	月替わり活動 IN ウォーキング	軽作業 10~12時交流室	軽食の日	ふくしの ひろば 休館
10	11	12 ランチ	13喫茶お休み	14つくしラーメン	15	16
休館	軽食の日	生姜焼き 軽作業 10~12時交流室		軽作業 10~12時交流室	軽食の日	休館
17	18	19 ランチ	20喫茶お休み	21	22	23
休館 	軽食の日	焼き魚定食 軽作業 10~12時交流室		都合により 喫茶お休み	軽食の日 喫茶 M 14:30~15:30	休館
24	25	26 ランチ	27喫茶お休み	28冷やし中華	29	30
休館	軽食の日	ミックスフライ定食 軽作業 10~12時交流室	稲田G茶話会	軽作業 10~12時交流室	軽食の日	休館

つくしセンターからのお知らせ

つくしセンター-TEL025-521-2860 FAX025-521-2861

第11回 ふくしのひろば

上越市内の障害者施設が一堂に会する「ふくしのひろば」。
今回は、ペットボトルキャップアートで
「ふくしのひろば看板」を製作いたします。
皆さんふるってご参加ください(^v^)
♪ 入場無料です！みなさん気軽にお越しください！！

日時：6/9(土) 10時~14時

場所：リージョンプラザ上越

内容：各施設展示・販売、食べ物販売、
ステージ発表、体験コーナー



ゲスト…「けんけんず」「ダンス MJD T長岡」

「バルーンパフォーマンス JIN」

見て食べて遊んで楽しみましょう!!



一人でも多くの方が参加出来るように、
今年もつくしセンターで送迎を行います。
定員7名 電話申し込み・先着順になります。

締め切り 6/7(木) まで

「レク」・「サークル」・「シャトルカー」へのご参加・ご利用は事前予約が必要になります。



予約開始日6月4日(月) ※全ての申し込みについて先着順、定員になり次第締め切らせていただきます。

稲田地区の皆様 茶話会のお知らせ

お待たせしました！今月は稲田地区での茶話会です！
美味しいお菓子とおしゃべりで
楽しい時間を過ごしましょう！
日時：6/27(水) 13時半~15時
場所：津有会館



つくしんぼからのお知らせ

~木曜日のメニューについて~

毎週木曜日のラーメンの日をラーメンに限らず
麺を週替わりで提供することになりました！

ソバ・うどん、冷やし中華など

今月は冷やし中華の日があります。これは要チェック！

~アイスフェア~アイスクリームの美味しい季節！

バニラアイスクリーム(ブルーベリーソース添え) 150円

メロンクリームソーダ 250円

美味しいアイスをつくしんぼでご賞味下さい！

