



つくしセンター ニュース

発行 つくしセンター

〒943-0823 上越市高土町3-2-12

TEL 025-521-2860 FAX 025-521-2861

URL <https://tsukushinosato.com>

お花見 in 高田城址公園

4月7日にお花見レクを行いました。

雨の心配があったため、お花見弁当はつくしセンターで食べましたが、その後は高田城址公園の散策に行ってきました。今年の桜は開花が早かったためほとんど葉桜になっていましたが、遅咲きの『思い川』という品種の桜は満開で、一緒に記念撮影をすることができて良かったです。

来年は公園で満開の時期にお花見に行けるといいですね！



長峰温泉 ゆったりの郷

3月22日(水)、大潟区にある長峰温泉ゆったりの郷に行きました。

ランチは定食やラーメン、和食御膳など、種類もボリュームもたくさんありました。お腹いっぱい食べた後は、みなさん温泉に入って汗を流しさっぱりとされていました。日帰り温泉レクは久しぶりだったので、「久しぶりに温泉に行けて嬉しかった」という感想がみなさんから聞かれました。



こころのバリアフリーミーティング

3月24日(金)、こころのバリアフリーミーティングを開催しました。今回は2名の当事者の方と、その担当である福祉事業所の職員の方、相談支援専門員の方に登壇していただきトークセッションを行いました。当日参加されたみなさんからは「障がいを理解することで当事者が生き易くなることを知れてよかった」「当事者の方、支援者の方が生き生きと活動されていて勇気をもらった」といった感想をいただきました。上越市がさらにやさしいまちになるために何ができるのか、一人一人が考えるきっかけの場となるように今後も進めていきたいです。



★くいチャレのご案内★

●日 時：令和5年5月17日(水)
11:30~13:30(予定)



●内 容：あるるん畑内の「農家レストラン おかげさま」でランチを食べた後、あるるん畑でお買い物します。

●定 員：8名(先着順)

●持ち物：昼食代(1000円程度)、買い物代

●送 迎：希望者は申込時にご相談ください。



～農家レストランおかげさまについて～

あるるん畑に出荷される旬の食材を使った、農家のお母さんたちの手作り料理がいただけます。メインが選べる定食、タレ鶏カツ丼、カレー、ラーメン、うどんなどがあります。

◆稲田グループのご案内◆

●日 時：令和5年5月24日(水)
13:30 ~ 15:00

●場 所：四ヶ所会館

●参加費：100円

●送 迎：ご希望の方は、申込時にご相談ください。

※参加希望の方はつくしセンターまでご連絡ください。

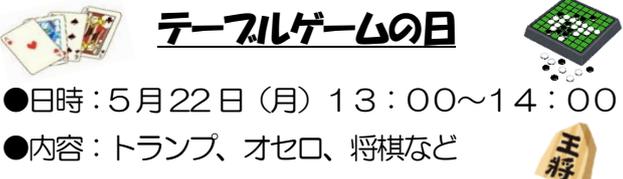


つくしセンター 令和5年5月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ランチ	3 喫茶お休み	4	5	6
	軽食の日	たけのこご飯 ●軽作業	★開館日★ GWの初まりは、ぜひつくしセンターでお茶を飲んだりおしゃべりしに来ませんか？	休館 みどりの日	休館 こどもの日	休館
7	8	9 ランチ	10 喫茶お休み	11 つくしラーメン	12	13
休館	軽食の日	ハヤシライス ●軽作業		 ●軽作業	軽食の日	休館
14	15	16 ランチ	17 喫茶お休み	18 つくしラーメン	19	20
休館	軽食の日	白身魚のチリソースがけ ●軽作業	くいチャレ	 ●軽作業	軽食の日 手芸の日	休館
21	22	23 ランチ	24 喫茶お休み	25 つくしラーメン	26	27
休館	軽食の日 テーブルゲームの日	ロールキャベツ ●軽作業	稲田グループ	 ●軽作業	軽食の日	休館
28	29	30 ランチ	31 喫茶お休み	★「レク」等への参加には、 《事前予約》が必要です。 ★予約開始日は、 《5月1日(月)》です。		
休館	軽食の日	ヤンニョムチキン ※から揚げに甘辛ダシを絡めた韓国チキンです。 ●軽作業				

テーブルゲームの日

●日時：5月22日(月) 13:00~14:00
●内容：トランプ、オセロ、将棋など



手芸の日

●日時：5月19日(金) 10:30~11:30
●内容：自分のやりたいものを持ち寄り活動します。



パソコンの日

●日時：月に1回、1時間程度
●内容：文章打ち込み、家計簿の作成など



★喫茶つくしんぼからのご案内★

5月2日(火)から、つくし工房特製の新商品を販売いたします。この機会にぜひご賞味ください。

- 至極(しごく) アイスコーヒー 300円(火・木限定)
- シフォンケーキ カスタード添え 250円(火・木限定)



ホームページ フェイスブック インスタグラム

