

## 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>

### お花見のご案内

●日時：令和5年4月7日（金）12:00~14:00

●内容：高田城址公園でお弁当を食べ、その後公園内を散策します。

●参加費：700円（弁当代）

※花見会場で買い物をする場合は、各自必要な金額をお持ちください。

●定員：11名（定員に達した場合はお断りさせていただきます。）

★食べ・飲み歩きはできないので、立ち止まっただけの飲食、または席（ブルーシート）に戻ってきた際の飲食にご協力ください。

★締切：4月4日（火）まで★



### タクシー利用券・自動車燃料購入券・自動車燃料費助成のお知らせ

3月28日（火）から、タクシー券や燃料券の助成が始まります。

- 助成内容：タクシー券……………年間2万4000円
- 自動車燃料購入券…年間1万9000円
- 自動車燃料費助成…年間1万9000円

- 申請に必要なもの：障害者手帳、マイナンバーが分かるもの、印鑑（※本人以外が代理で手続きする場合は、自動車燃料購入券と自動車燃料費助成には運転免許証、車検証が必要です。）

- 対象：身体障害者手帳1~3級、精神障害者保健福祉手帳1~2級、療育手帳Aのいずれかの交付を受けている方 ※所得制限あり

★受付場所：福祉課、各総合事務所、上越市福祉交流プラザは、3月28日（火）~随時  
※北出張所は3月30日（木） ※南出張所は3月28日（火）、29日（水）

### 令和5年度 つくしセンター職員体制

令和5年度のつくしセンターは、以下の体制になります。よろしくお願いたします。

- 管理者（相談支援専門員） 高橋 典子
- 相談支援専門員（地活専門職員） 宮野 友理
- 相談支援専門員 浅見 真智子
- 地活専門職員 瀬波 愛璃

### ◆南新町グループのご案内◆

●日時：令和5年4月19日（水）13:30 ~ 14:30

●場所：南三世代交流プラザ

●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。



### ★喫茶つくしんぼからのご案内★

4月3日（月）から、月・金の軽食に『そばめし』（写真左）、『ハッシュドビーフ』（写真右）がかわります。そばめしは、ソース焼きそばにご飯をまぜた、神戸生まれの料理です。ハッシュドビーフは、薄切りの牛肉と玉ねぎを煮込んだ料理です。どちらも一度食べるとまた食べたくなるような一品です。ぜひご賞味ください。また、新商品の販売に伴い、これまで提供していた「焼肉ピラフ」と「ビーフカレー」は無くなり次第終了とさせていただきます。よろしくお願いたします。





# つくしセンター 令和5年4月の予定



日	月	火	水	木	金	土
<p>★「レク」等への参加には、《 事前予約 》が必要です。 ★予約開始日は、《 3月30(木) 》です。</p>						1 休館
2 休館	3 軽食の日	4 ランチ お花見メニュー 雑穀米・ゼリー付 ●軽作業	5 喫茶お休み	6 つくしラーメン  ●軽作業	7 喫茶お休み <b>花見レク</b> ※11時～15時 まで閉館	8 休館
9 休館	10 軽食の日	11 ランチ チャプチェ ●軽作業	12 喫茶お休み	13 つくしラーメン  ●軽作業	14 軽食の日	15 休館
16 休館	17 軽食の日 <b>テーブル ゲームの日</b>	18 ランチ 肉団子の 和風あんかけ ●軽作業	19 喫茶お休み <b>南新町 グループ</b>	20 つくしラーメン  ●軽作業	21 軽食の日 <b>手芸の日</b>	22 休館
23/30 休館	24 軽食の日	25 ランチ オムライス ●軽作業	26 喫茶お休み	27 つくしラーメン  ●軽作業	28 軽食の日	29 休館 昭和 の日



## テーブルゲームの日



- 日時：4月17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：4月21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

## ★つくしセンターご利用時のお願い★

3月13日(月)からマスクの着用は個人の判断となりましたが、つくしセンターでは、感染症を『うつさない・うつらない』ために、引き続き「マスクの着用・検温」にご協力いただきますようお願い申し上げます。

## ★休館のお知らせ★

4月7日(金)は、花見レクのため **11:00~15:00** まで閉館となります。この時間帯は憩いの場の利用や電話対応ができません。たいへんご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

ホームページ



フェイスブック



インスタグラム

