

1月7日～12月31日 恒例のご案内

～ここに不安のある方とそのご家族が自由に集える居場所です～



本を読んだり、塗り絵や手芸をしたりと、自分のペースで好きなことをして過ごしていただける場所です。時間内の出入りも自由ですのでお気軽にご利用いただけます。初めての方は事前に申込みが必要です。下記までお問い合わせください。見学もしていただけます♪

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10 OPEN 10:00～12:00		
13 成人の日	14	15	16 OPEN 10:00～12:00	17	18	19 かんたん クッキング
20	21 OPEN 10:00～12:00	22	23	24 OPEN 10:00～12:00	25	26
27	28	29 OPEN 10:00～12:00 ※スポーツ	30 OPEN 15:00～17:00	31		

詳細は裏面をご覧ください♪
事前申し込みが必要です。
※申込締切：1/15（水）

30日（木）は午後から
開所します。ぜひご利用
ください!!

- <対象者> 市内在住または在勤で心に不安を抱えた方とその家族
- <場 所> 伊勢市福祉健康センター1階社会適応訓練室
※29日（水）は伊勢市福祉健康センター2階娯楽室にて開所します。
- <参加費> 100円（日曜日のイベントは200円）
- <その他> スポーツの日は軽く体を動かすため、動きやすい服装と飲み物をご用意ください。

お問合せ・
申込み先

伊勢市生活サポートセンターあゆみ（伊勢市社会福祉協議会）
伊勢市八日市場町 13-1
TEL:63-5224 FAX:27-2415
E-mail: ise-cswsp@mie.email.ne.jp



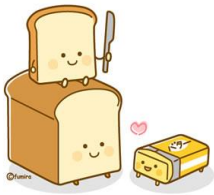
ハハースペー こたまま

～ここに不安のある方とそのご家族が自由に集える居場所です～

1月19日（日） 13:00～15:00

場所：伊勢市福祉健康センター1階 調理実習室

※13:00に社会適応訓練室にお集まりください。



「かんたんクッキング」 ふわふわフレンチトースト



焼きリンゴ添え

持ち物

エプロン、三角巾、手拭きタオル

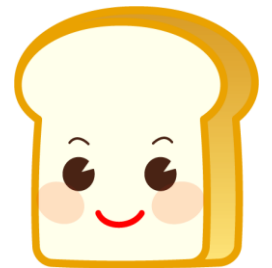
参加費

200円

人数

10人位

みなさんのご参加を
お待ちしております♪



★1/19(日)「かんたんクッキング」申込書

きりとり

申込日 月 日

※締切は1/15(水)です。

名前	(本人 ・ 家族 / 歳)
TEL	