

# 4月 地域活動支援センターサテライト プログラム

サテライトは、自宅にひきこもりがちな方、障がい等をお持ちの方等が交流したり、憩う場所です。興味のある方は、お気軽に見学に来てください。お待ちしております。



**今月のピック 野球観戦!**



	月	火	水	木	金	土	日
							1
午前	2	3	4	5	6	7	8
午後	<b>サテライトお休み 4/2(月)～4/6(金)</b>						
午前	9	10	11	12	13	14	15
午後			語ろう会 13:30-14:30		ランチタイム サテライトミーティング 13:30-		
午前	16	17	18	19	20	21	22
午後	ウォーキング& ゴミ拾い13:30-		当事者研究 13:30-14:30		ランチタイム		野球観戦
午前	23	24	25	26	27	28	29
午後	カラオケ 13:30-		語ろう会 13:30-14:30	ウォーキング 13:30-	延長サテライト 18:00まで		昭和の日
	30						
	振替休日						

## ランチメニュー

13日






カレーライス  
サラダ

20日

しょうが焼き丼  
浅漬け



- お問い合わせは 地域生活支援センターぽぽろ TEL 55-3101
- サテライトの場所は 砂川市西4条北4丁目1-20 TEL 54-1651
- サテライトの開所時間 9:30～15:30

プログラム	内 容
 <b>野球観戦！</b>	<p>札幌ドームで行われる日本ハムファイターズの観戦チケット（福祉シート）が当たりました！時間や札幌までの行き方、費用など詳しいことはサテライトに掲示します。</p> <p>日 時：22日（日）デイゲーム 定 員：10名まで</p> <p><b>みんなでファイターズを応援しよう！</b></p> 
<b>サテライトミーティング</b>	<p>新年度がはじまります。気分も新たにスタートしましょう！誰もが気持ちよくサテライトで過ごせるよう、利用方法の確認など行ないます。</p> <p>日 時：13日（金）13:30～ 内 容：サテライトの利用のしかた、今年度の予定 など</p>
<b>ランチタイム</b>	<p>みんなで昼食をたべて楽しく過ごしましょう♪気軽にご参加ください。</p> <p>日 時：13、20日（金） 場 所：サテライト 費 用：100円</p> 
<b>延長サテライト</b>	<p>仕事帰りにゆっくりしたい、みんなとゆっくりおしゃべりしたいという方、お待ちしております♪ 当日参加OK！</p> <p>日 時：27日（金）18時まで 参加費：100円 内 容：お菓子を用意します♪</p>
<b>当事者研究</b>	<p>病気・辛いこと・悩んでいることなどを話したり、聞いたりして、より良い対応方法を見つけませんか？ 聞くだけの参加も歓迎します。</p> <p>日 時：18日（水）13:30～14:30 場 所：サテライト</p>
<b>語ろう会</b>	<p>みんなで一つのテーマをもとに話しましょう。気軽にご参加ください♪</p> <p>日 時：11日、25日（水）13:30～14:30 場 所：サテライト テーマ：「春、これから挑戦したいこと」「最近笑った出来事」</p>
<b>ウォーキング &amp; ゴミ拾い</b>	<p>サテライト周辺のゴミ拾いをして、地域をきれいにしましょう♪気持ちの良い春を迎えられます。</p> <p>日 時：16日（月）、26日（木）ウォーキングのみ 13:30～ 場 所：サテライト周辺</p> 
 <b>カラオケ</b>	<p>大声を出して気持ちもスッキリ！3人以上の参加で実施します。</p> <p>日 時：23日（月）13:30～ 場 所：オリエンタルボウル</p>

## サテライトお休みのお知らせ

4/2(月)～4/6(金)の間、新年度準備のため、サテライトはお休みします。  
9日(月)から開所します。お待ちしております♪

プログラムの内容は変更する場合があります。随時、サテライトでお知らせいたします。