



# 2020年9月 月間予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		クッキング てくとこで遊ぼう(ゲーム)		スポーツクラブ	定休日	フリマ 茶屋
6	7	8	9	10	11	12
定休日		クッキング てくとこで遊ぼう(卓球)		スポーツクラブ	定休日	フリマ 茶屋
13	14	15	16	17	18	19
定休日		クッキング		スポーツクラブ	定休日	フリマ 茶屋
20	21	22	23	24	25	26
定休日	須崎鍋焼きラーメンを食べに行こう♪	クッキング+てくとこで遊ぼう(拡大版)		スポーツクラブ	定休日	フリマ 茶屋
27	28	29	30			
定休日		クッキング てくとこで遊ぼう(卓球)				



◆地域活動支援センター開所時間帯◆  
月～木、土・・・AM8:00～PM6:00

※プログラム以外でもAM8:00～PM6:00までの間は『おるとこ』として支援センターをご利用いただいても結構です。メンバーさん同士で楽しいひとときをお過ごし下さい。また当支援センターでは夕食サービスを行っております。その他、日常生活において悩み事や困りごとがある方はいつでもご相談ください。詳細やご不明な点についてはいつでも問い合わせ下さい。

## 須崎の鍋焼きラーメンを食べに行こう♪

須崎の名物「鍋焼きラーメン」を食べに行こうと思います。9月でちょっと涼しくなっているかもしれませんが、暑い時期にアツアツのラーメンを食べましょう(\*^▽^\*)その後は、景色を見に行ったり、道の駅なかとさに寄って、名物のイチゴソフトクリームでもどうですか？新型コロナウイルスの影響をまだまだ考慮し最大乗車人数を4名までとさせていただきます。希望の方はお早めにご連絡ください♪

日時：9月21日(月・祝) 10:30～ てくとこ出発  
費用：1500円程度 (昼食代+デザート代+お土産代等)



## ピビンバを作って食べよう+ゲーム大会

9月22日は秋分の日。秋と言えば食欲の秋(\*^▽^\*)ということで(笑)今回はホットプレートを使って「ピビンバ」を作ってみようと思います。参加人数が多ければちょっとしたデザートも作っちゃおーと検討中です♪食べ終わった後は楽しいゲーム大会を開催します(景品はないですが…泣)。人生ゲーム、ドンジャラ、ジェンガ、トランプ等、皆さんでワイワイしましょ♪どちらか一方だけの参加でも構いませんよ☆彡

日時：9月22日(火 祝) 11:00～14:30(ゲーム大会は13:30～開催予定)  
費用：400円(「ピビンバ」を作って食べように参加希望の方のみ)  
※事前に買い物に行く予定のため、19日までに費用(400円)を持ってきてください。または、参加希望をご連絡ください。  
19日以降のキャンセルは費用の返金が出来ない場合がありますので、ご了承ください。

## 新型コロナウイルスの感染拡大防止に関するお知らせ

いつも地域活動支援センターてくとこ瀬戸を利用して頂き有難うございます。まだまだ油断できない新型コロナウイルス。引き続き、てくとこ瀬戸に来られる方に以下の事項を協力をお願いします。

### 【お願い事項】

- ・体調確認のため、来所時(プログラム参加・おるとこスペース利用等)は検温を実施してもらいます。
- ・37.5℃以上ある方は、プログラム参加・おるとこスペースの利用は控えてもらいます。
- ・熱がない方は、手洗い・うがい・手消毒を行ったうえ、プログラム参加・おるとこスペースの利用をしていただきます。



※今後の状況に応じてプログラム、夕食サービス、てくとこ茶屋、フリーマーケットの実施内容を変更させていただくこともあります。ご協力よろしくお願いします。

## お問い合わせ

連絡先：〒781-0252  
高知市瀬戸東町3丁目109番  
地域活動支援センターてくとこ・瀬戸  
TEL:088-842-8130 FAX:088-841-2298  
E-mail: chiikikatudou@tekutoko.or.jp

担当：藤原、中山