

### 先月のくらすメイト

9月のプログラムの様子をちょこっと紹介します♪ いいね!  
フェイスブックでも詳しく紹介しているのでぜひ確認してね☆

#### ●みんながシェフ ～タイ風オープンオムレツ～



今回は「高級感」&「お手軽さ」をキーワードに、メインシェフが考案したスペシャルメニューをクッキ〜〜〜ング(´ω`) / とおっ〜ても美味でございました♡

#### ●サタデー ～古墳めぐりツアー～



最近少し涼しくなって過ごしやすくなったね♪今回はくらすメイトの近くにある古墳(3ヶ所)を散歩しながらめぐって見たよ♪次回も乞うご期待☆☆

#### ●なんでも勉強会 ～消費税増税について～



今月から消費税が上がるし、キャッシュレス決済で還元ポイントがもらえる仕組みも始まるみたい!!なんかもうよくわかんないけど、始まるのよん

### New! 今月のくらら情報

#### ●みんながシェフ

《誰でもつくれるかんたん大学芋ゼミ》  
日時: 1日(火) 14:00~16:00  
場所: 堺市総合福祉会館 3階 創作室

#### ●ゆったいらうんじ

《ハロウィンパーティーの準備》  
日時: 4日(金) 13:00~16:00  
場所: 堺市総合福祉会館 3階 ラウンジ

#### ●なんでも勉強会

《〇〇的的未来》  
日時: 11日(金) 16:00~17:00  
場所: しんしょうれん会議室

発行: 令和元年10月1日

## 令和(れいわ) 最初のクリスマス会♪ 今年“アレ”が やってくる!?

えっ! まだ10月なのにもうクリスマスの話してるなんて早くない!? てるそこのあなた!!  
今年1日から第8回クリスマス会実行委員会が始まるよ♡ みんなで楽しい企画を考えようね♪

### くらすメイトの未来とは...



今回は僕たちが おもしろく 教えちゃいまーす♪

#### 今月の パワーフレーズ♪

一生懸命なときは みんなダサイよ。

by 知らない漫画のワンフレーズ

特定非営利活動法人堺障害者団体連合会

## 地域活動支援センターくらすメイト

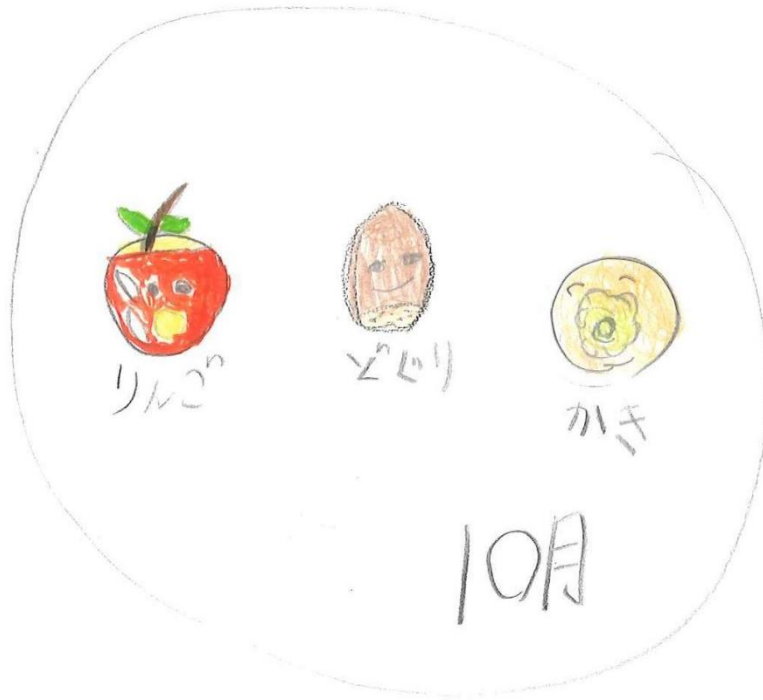
堺市堺区南瓦町 2 番 1 号堺市総合福祉会館 3階 TEL 223-1407 FAX 223-1312

URL <http://www.shinshoren.or.jp/> FB <https://www.facebook.com/classmate20120401>

開所曜日 月曜日~金曜日(土日祝日はお休み) 開所時間 9:00~17:00

# 10月

イラスト：北口 博史氏



| 日  | 月                | 火   | 水  | 木                                     | 金   | 土                                |
|----|------------------|---|----|---------------------------------------|---|----------------------------------|
|    |                  | 1   | 2  | 3                                     | 4   | 5                                |
|    |                  | ・12:45~13:45 シェア買い物<br>・14:00~16:00 みんながシェア<br>「誰でもつくれる簡単大学芋ゼミ」<br>・17:00~20:00 ナイト☆<br>「第8回クリスマス会実行委員会①」 |    |                                       | ・12:00~12:45 ランチ会<br>・13:00~16:00 ゆったりうんじ<br>「ハロウィンパーティーの準備」<br>・16:00~17:00 しゅわしゅわ |                                  |
| 6  | 7                | 8   | 9  | 10                                    | 11  | 12                               |
|    |                  | ・12:00~12:45 ランチ会<br>・14:00~17:00 カラオケ  |    |                                       | ・16:00~17:00 なんでも勉強会<br>「〇〇的近未来」  |                                  |
| 13 | 14               | 15  | 16 | 17                                    | 18  | 19                               |
|    | 体育の日<br>(たのしいのひ) |   |    | ・14:00~17:00 ティスコン<br>[くらすमित250シリーズ] |   |                                  |
| 20 | 21               | 22  | 23 | 24                                    | 25  | 26                               |
|    |                  | 即位礼正殿の儀<br>(そくいにいせいいでんのぎ)   |    |                                       | ・16:00~17:00 ホームルーム   | 13:00~17:00 サタデー<br>「ハロウィンパーティー」 |
| 27 | 28               | 29  | 30 | 31                                    |   |                                  |
|    |                  |   |    |                                       |   |                                  |