

先月のくらすメイト

11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

～厚揚げステーキ&きのこナムル～

ボリューム満点！！



今回は…かんたんさっぱり♪ だけどボリュームたっぷりなメニューを作ったよん♡
12月はクリスマスシーズンにピッタリなあのフードメニューを作っちゃおう♪

●特別プログラム

～ひめじバスツアー～

今年も楽しかった一品



今年のバスツアーはお城でも有名な「姫路」まで行ってきたよ～(´ω`)/ちくわ作りの体験をして、サファリパークではいろいろな動物も観てきました

●テイスコン



年間ツアー大会の参加もヨロシク☆

12月は堺市内の大会に出場!! そして、2月には過去2年連続出場中の大阪府大会の開催が決定(*ノωノ)もちろん出場予定だよ♡またご案内するねー♪

New! 今月のくらす情報

みんながシェフ

《ピッツァ&フライドポテト》

日時: 3日(火) 14:00~16:00

場所: 堺市総合福祉会館 3階 創作室

ゆったりらうんじ

《クリスマス会の準備》

日時: 6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

《バルーンアート講座》

日時: 13日(金) 16:00~17:00

場所: しんしょうれん会議室

発行: 令和元年 11月 27日

参加しめ切りは 13日(金)まで です♪



クリスマス会

令和元年12月22日(日) 13:00~16:00

受付 12:30~

堺市総合福祉会館5階 大研修室

地域活動支援センターくらすメイト

参加費

¥500

+

プレゼント

(買ってなくても)

¥300分

今年のクリスマス会も盛り上がることまちがいない♪

本番までの準備もたくさんあります!!
みんなでがんばろう♪

今月の
パワフルレース♪

強さの証だ。

ゆるすことこそが

ゆるすことではない。

弱いものほど相手を

by マハト・ガンジー

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

12月

イラスト：末澤 正彦氏



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	ダイエツプロジェクト	・12:45~13:45 みんながシェフ買い物 ・14:00~16:00 みんながシェフ「ピッツァ&フライドポテト」 ・17:00~20:00 ナイト☆ クリスマス会実行委員会④			・12:00~12:45 ランチ会 ・13:00~16:00 ゆたけらうんじ「クリスマス会のじゅんぴ」 ・16:00~17:00 しゅわしゅわ 実行委員会⑤	
8	9	10	11	12	13	14
		・9:30~12:00 クリスマス会 買い出し① ・12:00~12:45 ランチ会 ・14:00~17:00 カラオケ 実行委員会⑥			・16:00~17:00 なんでも勉強会「バルーンアート講座」 ※クリスマス会※ 参加しめきり	
15	16	17	18	19	20	21
		・13:00~17:00 クリスマス会リハーサル 実行委員会⑦		・10:00~17:00 第2回シンコースポーツ杯 ティスコン大会 申し込みはしめきりました!!	・13:00~15:00 クリスマス会 買い出し② ・15:00~17:00 クリスマス会に向けての最終準備!! 実行委員会⑧	
22	23	24	25	26	27	28
	13:00~16:00 第8回くらすメイトクリスマス会	・14:00~17:00 ティスコン [くらすメイトマスターズ1000]			・12:00~14:00 ランチ会「クリスマス会ムービー上映会」 ・14:00~15:30 年末大どうじ ・15:30~17:00 ホームルーム「忘年会」	
29	30	31				
年末年始のお休み 12/28(土) ~ 1/5(日)						