

～いつでもふらっとよれるように～

## ふらっと調理イベント

テーマを決めて調理を行います。

初めてのの方は見学参加からでもOK!

【日 時】令和元年 8月8日(木) 11:00～14:00

令和元年 9月 12日(木) 11:00～14:00

毎月第2木曜日実施予定

【料 金】200円

【持ち物】エフロン 三角巾

【定 員】6名程度先着順

### 8月メニュー

麻婆ナス  
OR  
ナスのオイスター  
ソース

### 7月実施したメニュー

豚肉・ジャガイモ・  
トマト黒酢炒め

ひき肉とニラの  
オイスター醤油炒め



## 健康栄養相談



日頃気になっている身体の心配ごと、体重管理、  
食事のバランス、健康診断の結果等に相談対応します。

【日 時】令和元年 8月27日(火) 14:00～16:00

令和元年 9月 24日(火) 14:00～16:00

【対 象】府中市在住の障害がある方。

【場 所】ふらっと 【申 込】要予約

【担 当】保健師

## ふらっと えてがみの日

【日 時】

令和元年 8月 16日(金) 15:30～16:30

令和元年 9月 20日(金) 15:30～16:30

【場 所】ふらっと 【料 金】無料

【申 込】直接お越し下さい。



## 民生委員&主任児童委員 交流会を開催

近隣地区民生委員、主任児童委員の方々と  
第一回交流会を行いました。

○ふらっと 活動報告 今年度の活動について

○相談支援事業所・地域活動支援事業について

○今年度 新事業の紹介 講演会・学習会などの案内

## ♪アリマッキー カルテット♪

国立音大卒のクラリネット四重奏によるコンサ  
ートを開催しました 地域の方や利用者の方たち  
が癒しのひと時を楽しみました ♪ 次回冬季開催



有限会社オータムワーキング

## 地域生活支援センター ふらっと

〒183-0015 東京都府中市清水が丘 3-23-17-1F

TEL 042-370-1781 FAX 042-370-1783

E-mail [flat.autumn03@gmail.com](mailto:flat.autumn03@gmail.com)

URL <http://autumn-working.com/service/flat.html>

# 地域生活支援センターふらっと8・9月の予定

## 2019年8月



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
			1	2 あふたーふら 15:00~18:00	3 センターお休み	4 センターお休み
5	6	7	8  調理イベント 11:00~14:00	9 あふたーふら 15:00~18:00	10 さたふら 11:00~14:00	11  山の日 センターお休み
12 振替休日 センターお休み	13 ひなた (簡単ケーキと喫茶) 14:00~16:00	14	15	16 あふたーふら (えてがみ教室) 15:00~18:00	17 センターお休み	18 センターお休み
19	20	21	22	23 あふたーふら 15:00~18:00	24 ふらっとミニシアター 13:00~15:00 	25 センターお休み
26	27 ふらっと 健康・栄養相談 14:00~16:00 	28	29	30 あふたーふら 15:00~18:00	31 センターお休み	

**【あふふら】【さたふら】**  
センター開放日、どなたでも  
「ふらっと」お立ち寄りください  
毎週金曜  
15:00~18:00  
第2土曜日  
11:00~14:00

**【パソコン貸出】**  
※要予約 金曜日  
15:00~18:00

**【えてがみ教室】**  
「下手でいい、下手が良い」  
をモットーにゆるく行っています。  
飛び入り参加歓迎！  
毎月第3金曜日  
15:30~16:30

**【ふらっと調理イベント】**  
毎月第2木曜日  
11:00~14:00

### 【発達障害児 保護者 交流会の案内】

広報より随時ご案内します  
10:00~11:30

### 【ふらっとミニシアター】

第4土曜日  
13:00~15:00  
プロジェクターを使って新作映画ブルーレイを鑑賞します。観る作品は事前に投票して決めます！

### 【ひなた・ふあみーゆ】

高次脳機能障害の  
当事者・家族の会  
第2火曜日

10:00~12:00 相談対応  
14:00~16:00 喫茶会

### 【ペアレント・トレーニング】

【対象】  
発達障害児  
(3歳~9歳)の保護者  
全9回(2週間おき)の  
プログラムに参加できる方。  
令和元年度の募集は7月号  
広報等でお知らせしております。  
ふらっと迄問合せくださいませ

## 2019年9月



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
						1
2	3	4	5	6 あふたーふら 15:00~18:00	7 センターお休み	8 センターお休み
9	10 ひなた (簡単ケーキと喫茶) 14:00~16:00	11	12  調理イベント 11:00~14:00	13 あふたーふら 15:00~18:00	14 さたふら 11:00~14:00	15 センターお休み
16 センターお休み 敬老の日	17	18	19	20 あふたーふら (えてがみ教室) 15:00~18:00	21 センターお休み	22 センターお休み
23 センターお休み 秋分の日	24 ふらっと 健康・栄養相談 14:00~16:00 	25	26	27 あふたーふら 15:00~18:00	28 ふらっとミニシアター 13:00~15:00 	29 センターお休み
30		メモ:				