

2020年

明けまして
おめでとうございます。

本年も
「かんらん」を
どうぞ宜しくお願い
致します。

皆様にお会い
できるのを楽しみにし
ております♪

相談室

あなたの悩みを
話してみませんか？



日時: R2年1月9日(木)14:30～
1月16日(木)14:30～
(毎月第2・第3 木曜日に開催します。)

生活上の困りごと、
病気のこと、
何でも気になっていることを
気軽にご相談して下さい♪

場所: かんらん1階
対象: 当事者の方(銚子市外でも可能です！)

専任のピアサポーター(当事者)が優しく
お話をうかがいます。

おしらせ

個人情報・守秘義務は
徹底致しますので
ご安心下さいませ。



1月 イベント情報

第3弾 肉まんを作ろう！！

日時: 1月15日(水)10:00～

参加費: 100円 限定10食



前回は皮がふつくら仕上がり、
具沢山で美味しくできました。しかし！
更なるふかふかを目指し、配合を変え
チャレンジしたいと思います！

楽しくSSTをしてみよう♪

日時: 1月16日(木) 13:00～

テーマ: 『SSTの進め方 II』

当日参加でOKです！(銚子市外でもOK)

SST…ソーシャルスキル・トレーニング
楽しく生活スキルを身に付けませんか？♪



胃に優しい料理の日

日時: 1月9日(木) 10:00～

参加費: 250円 限定10食 当日参加OK

- ・油揚げの具沢山煮
- ・豆腐の野菜あんかけ
- ・おにぎり ・デザート

年末お楽しみランチの日

日時: 12月26日(木) 10:00～

参加費: 250円 限定10食 当日参加OK

- ・ビーフストロガヌフ風
- ・オニオングラタンスープ
- ・サラダ ・デザート

初詣

東国三社参り

～香取神宮・鹿島神宮・息栖神社～

期日: 令和2年1月18日(土)

集合場所: 銚子市役所玄関前

時間: 8時50分集合(9時出発)

参加費: 1000円(昼食・おやつ代込み)



銚子市役所→息栖神社→鹿島神宮→
昼食→香取神宮→銚子市役所(16時前後着
予定)

参加締切: 令和2年1月16日(木)

参加希望者は、お問合せお願い致します♪