



ようこそ。ささ あ きもち であ ばしょ  
支え合うキモチが逢う場所へ。

市民活動プラザ六中  
ソフト事業推進室

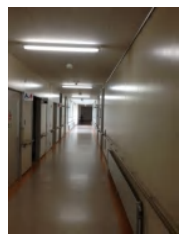
# 市民活動プラザ六中（旧帯広第六中跡施設）に ウォーキングコースを開設しました



4月16日（月）・26（木）、オープンキャンパス（施設見学会）を開催しました。  
両日合わせて100名以上の方が「帯広ふまねつの会」の皆さんによる、ワンデイランチ（一日食堂）を楽しみました。今回のメニューはカレーライス（一食300円）。今度は皆さんの「一日食堂」を開いてみませんか？

また、広い施設内の廊下を利用した「六中ウォーキングコース」もオープン。2階のみを周回する250mのコースと、1～2階を周回する550mのコースとがあります。

お気軽にご活用ください（入館時は、コンシェルジュにお声かけください）。



## 一応援・支援 求ム！「支え合い」 掲示版一

！お申込・ご相談は、お電話かご来館の上、六中コンシェルジュ（青いネームプレートを着用）までお気軽にどうぞ。内線212です。

<p><b>「軽運動」の分野</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ウォーキングコースの利用</li> <li>●「6」のつく日は「ふまねつ」</li> <li>●フラダンス（隔週月曜午後）で健康づくり →お仲間募集中です。</li> </ul>	<p><b>「喫茶」の分野</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 不用な食器（グラスなど）やお茶、コーヒー等の寄附</li> <li>● 来客者へのお茶出し、話し相手、店番 →週1回2時間でOKです。特に午前中担当できる方！</li> </ul>	<p><b>「食堂」の分野</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 簡単！料理教室</li> <li>● 手作り！味噌づくりの会</li> <li>● 「一日食堂」の開店 →1回100食程度です。</li> </ul>	<p><b>「園芸」の分野</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 前庭などの庭木のせん定</li> <li>● 校舎回りの環境整備・美化</li> </ul> <p>注意：体育館跡地での農園ではありません。</p>
<p><b>「手芸」の分野</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 食堂、喫茶のテーブルクロスづくり</li> <li>● 保育所・幼稚園等のままごとで使うフェルトや毛糸の「野菜」づくり →もちろん材料の提供も歓迎。</li> </ul>	<p><b>「木工」の分野</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 不用な家具の寄附・運搬・修理</li> <li>● 校舎内・外（前庭）のベンチ、テーブル、巣箱づくり →もちろん材料の提供も歓迎。</li> </ul>	<p><b>「たくさん来て、利用して」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 交流スペースで音楽鑑賞</li> <li>● 囲碁や将棋、時々自販機を利用</li> <li>● 「一日食堂」の利用</li> </ul>	<p><b>「何か」してみたい方</b></p> <p>裏面の「@やってみ隊」の日時に来館ください</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● おしゃべりしながら、自分たちでできることを考えます。</li> </ul>
<p><b>寄附</b> 来客用スリッパがキレイになりました。こども用もあります。ご提供ありがとうございます。 →スリッパの提供：大野内科 様（西16南4）</p>	<p><b>寄附</b> 喫茶スペースやふれあい食堂で使える食器ありませんか？ お宅に不用なものがあればお知らせください！</p>		

—できること・お好きな分野で、あなたの力を貸してください。

裏面をご覧ください⇒



## 六中サポーター、現在 50 名超。

—「仮登録」の方は、500円ご持参のうえ「本登録」においでください—

地域に暮らす高齢者や障がい者、子どもを含めて、住民同士が自分のことで支え合える—そんなキモチが逢う拠点を目指します。

今「六中」の運営に協力くださる応援団（サポーター）を募集しています。自分のできることを、困っている誰かのために役立てるという気持ちで活動する。そんな六中の趣旨に賛同するサポーター登録をして「六中」をご活用ください。

**本登録料は500円（年：保険料込）**です。

## 市民活動プラザ六中

開館時間 9:00～17:00（日曜・祝日休館）

〒080-0811|

帯広市東11条南9丁目1番地（旧帯広第六中学校跡）

TEL:0155-24-7598（代）

◆◆コンシェルジュ（総合案内）◆◆

2F 管理事務所 山内（十勝障がい者支援センター）  
（内線212） 齋藤（多機能型事業所あいとう）

# 5月

—毎月「6」のつく日は、「六中」へ—

# ロクチュウ・カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
六中時間割	30 休館日	5/1	2	3 休館日	4 休館日	5 休館日
1 10:00~ 12:00	毎週水曜日 14:00~のカフェは… 喫茶スペースを活用して、 ・おうちでできるおいしいコーヒーの淹れ方 ・いろいろなお客様のもてなし方 などをテーマに、 みんなでおしゃべりしながら、一緒に楽しみましょう。			定期的な六中のご利用には、「六中サポーター」への本登録をお願いしております。登録料は500円(年)です。まだ仮登録の方、登録を希望の方は、手続きにお出かけください。		
2 13:00~ 15:00						
3 15:00~ 17:00						
6 休館日	7	8 ♥園芸部隊		10 ●手芸部隊	11 サポーター本登録(随時)	12 ◆木工部隊 ✿押し花&カフェ
1 10:00~ 12:00						
2 13:00~ 15:00	♪フラ&カフェ	#折り紙&カフェ	☑カフェ(14:00~)	◎カフェ		
3 15:00~ 17:00						剪定枝回収 (~5/20まで)
13 休館日	14	15 ♥園芸部隊	16 ★ふまねっと	17 ●手芸部隊	18 サポーター本登録(随時)	19 ◆木工部隊 ✿押し花&カフェ
1 10:00~ 12:00						
2 13:00~ 15:00	@やってみ隊	#折り紙&カフェ	一日食堂 ☑カフェ(14:00~)	◎カフェ	帯広市の移動図書館「ナウマン号」が来ます。 毎月第4水曜、10:15~10:45(六中前駐車場)。	
3 15:00~ 17:00	「六中で何をしたらよいか…」そんな方は、こちらへお問い合わせください。					
20 休館日	21	22 ♥園芸部隊	23 ナウマン号来館	24 ●手芸部隊	25 サポーター本登録(随時)	26 ◆木工部隊 ★ふまねっと 一日食堂 ♪フリーカフェ
1 10:00~ 12:00						
2 13:00~ 15:00	♪フラ&カフェ	#折り紙&カフェ	☑カフェ(14:00~)	◎カフェ		
3 剪定枝回収 期間終了						
27 休館日	28	29 ♥園芸部隊	30 サポーター本登録(随時)	31 ●手芸部隊	6/1 サポーター本登録(随時)	2 ◆木工部隊 ✿押し花&カフェ
1 10:00~ 12:00						
2 13:00~ 15:00	@やってみ隊	#折り紙&カフェ	☑カフェ(14:00~)	◎カフェ		
3 15:00~ 17:00						

フラダンス(軽運動)&カフェ ♪ (隔週月曜) 13:00~15:00	園芸部隊 ♥ (毎週火曜) 10:00~12:00	ふまねっと(軽運動) ★ (毎月「6」のつく日) 10:00~12:00	6月の予定	6(水)	携帯電話操作講習会 (ワークサポートふれあい)
# (毎週火曜) 13:00~15:00	手芸部隊 ● (毎週木曜) 10:00~12:00	フリーカフェ ♪ * 昭和の雰囲気漂うフリーカフェを計画中。		15(金)	そば打ち体験会 (打ちっ粉クラブ)
☑ (毎週水曜)14:00~ ◎ (毎週木曜)13:00~	木工部隊 ◆ (毎週土曜) 10:00~15:00	随時 にがおえおじさん来館 * 日時は秘密。		16(土)	ワンデイランチ(一日食堂)300円 (帯広ふまねっとの会)
✿ (毎週土曜) 10:00~15:00	@ やってみ隊 (隔週月曜) 13:00~15:00	随時 リサイクル活動 (古布・ポルキャップ・リングブル・わりばし回収)		26(火)	ワンデイランチ(一日食堂)300円 (エコクッキンググループの予定)
					…その他、お持ち込み企画は、コンシェルジュにご相談ください。

