

地域活動支援センター てく・とこ・瀬戸

2026年2月

月間予定表

各プログラム参加される方は事前にご予約ください

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
定休日		10:30 クッキング		10:30 スポーツクラブ	定休日	フリマ 茶屋
		13:30 てくとこで遊ぼう	13:00 てくとこティータイム			
8	9	10	11	12	13	14
定休日		10:30 クッキング	第29回 高知県立障害者 スポーツセンター 卓球大会		定休日	フリマ 茶屋
		13:30 てくとこで遊ぼう		13:00 スポーツクラブ		
15	16	17	18	19	20	21
定休日		10:30 クッキング	10:00 園芸	10:30 スポーツクラブ	定休日	フリマ 茶屋
		13:30 てくとこで遊ぼう				
22	23	24	25	26	27	28
定休日		10:30 サニーアクシス いの店へいこう		10:30 スポーツクラブ	定休日	14:00 第3回 ボッチャ 大会
		13:30 てくとこで遊ぼう				

プログラム開始時間

・クッキング 10:30～ ・てくとこで遊ぼう 13:30～ ・スポーツ 10:30～

* クッキング参加申し込みは当日9:30締切です!!

◆地域活動支援センター開所時間帯◆

月～木、土…AM8:00～PM6:00

金・日 … 定休日

◆てくとこティータイム◆

今月2月14日はバレンタインデー…ということで、それにちなんでチョコレート入り人形焼きをつくろうと思います(^-^)
日 時:4日(水) 13:00

参加費:300円程度

参加人数:定員4名

※キャンセルは当日9:30までにお願いします。**それ以降はキャンセル料発生。**

◆サニーアクシスいの店へ行こう◆

大人気買い物企画！今回は、様々なお店が集まったサニーアクシスいの店へ！しまむら等の服屋さん、靴屋さん、ダイソー、飲食店などなど…お目当てのものが見つかるのではないでしょうか。
日 時:23日(月) 10:30 てくとこ出発

参加人数:定員6名
持ち物:各自の予算金額

◆第3回ボッチャ大会◆

今年で第3回目となるボッチャ大会をてくとこ山にて開催いたします！優勝、準優勝チームには豪華とは言いませんが景品が…(ーーー)

普段関りのない方々との交流もできると思いますのでぜひぜひご参加ください！

日時:28日(土) 13:30てくとこ出発 14:00開始

場所:てくとこ山

持ち物:体育館シューズ、飲み物、防寒具など

地活利用時のルールが変わりました

重要!

●来所時、地活職員に一言声をかけてください。

●フリースペース(ドア付きの部屋)は飲食禁止です。

●キーボード、パソコン、本、ゲーム機利用

⇒利用前に職員まで声をかけてください。キーボード、パソコンの利用は原則2時間です。延長したい場合は、職員に声をかけていただき、他利用者の利用状況次第で判断します。

●てく・とこ・せとに入所されている地活登録者の方

キーボード、パソコン、ゲーム機を利用したいときのみフリースペースをご利用いただけます。本を読みたい場合は、おるとこスペースでお願いします。いずれも利用前、職員への声かけが必須です。

※ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。

※マスク着用は個人の判断に任せることになっていますが、プログラムやその他の状況によってマスクの着用をお願いする場合がありますので、ご了承ください。

お問い合わせ

連絡先: 〒781-0252

高知市瀬戸東町3丁目109番地

地域活動支援センターてく・とこ・瀬戸

TEL:088-842-8130 FAX:088-841-2298

E-mail: chiikikatudou@tekutoko.or.jp

担当:甲藤、そねだ

※プログラム以外でもAM8:00～PM6:00までの間は『おるとこ』として支援センターをご利用いただいても結構です。メンバーさん同士で楽しいひとときをお過ごし下さい。また当支援センターでは夕食サービスを行っております。その他、日常生活において悩み事や困りごとがある方はいつでもご相談ください。詳細やご不明な点についてはいつでも問い合わせ下さい。

地域活動支援センターてく・とこ・瀬戸 12月活動報告・お知らせ

クリスマス会 ビアズリー展に行こう スポーツ大会



ビアズリー展に行こう

ホーリックな挿絵からポスターで
サインまで…ポストカードを購入
した人もいました(・ω・)



スポーツ大会



イラスト当てク～イス



スマッシュ！



お絵かき伝達ゲーム

見よ、
このペンさばき！

ケーキタイム



まさか僕がジャンケンで
勝てるなんて…



ハッピーニューイヤーでございます。初詣で引いたおみくじはこきち(小吉)でした。おみくじによると商いは「黙って待つべし」なので今年は黙って年女の甲藤さんについていこうと思います。ヒーヒーン。

あけましておめでとうございます(＼＼＼＼＼)地活のプログラムで初詣にいこうと思っていましたが残念ながら中止に…あのそねださんが“黙る”とは思えませんので、今年も普段通りのそねだ・甲藤タッグでお送りいたします(＼＼＼＼＼)



甲藤