

ち かつ 地活だより

しゅみ 趣味サークル

か ぞ 書き初め

書き初めとは日本の年中行事の
一つで、新年になって初めて毛筆で
字や絵を書くことを指します。

若水で墨を摺り、恵方に向かって
詩歌を書く習慣で、もともとは宮中で
行われていた儀式でしたが、江戸時
代には庶民にも広まりました。

きゅうねんちゅう たいへん せ わ
旧年中は大変お世話になり

ありがとうございました

あたらし みなさま
新しき年の皆様の

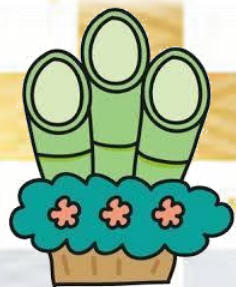
けんしょう た こう いの もう あ
ご健勝とご多幸をお祈り申し上げます

ほんねん ねが もう あ
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます

へいせい ねん がつこう
平成31年1月号

はっこう とくていひ えいりかつどうほうじん
発行 特定非営利活動法人
みやこ げんいしょう しやふくしすいしん
宮古圏域障がい者福祉推進ネット

みやこし みどりがおか ばん ごと
〒027-0073 宮古市緑ヶ丘2番3号
でんわ
電話 0193-64-7878



へいせい ねん がつ にち にか
と き: 平成31年1月15日(火)

ごご 1じ 30ぶん ごご 3じ
午後1時30分～午後3時

ところ: はあとふるセンター

さんかひ 参加費: ありません 定員: 8名

こうし あわ つ まさる
講師: 栗津 優

そうだん し えんせんもんいん
(レインボーネット相談支援専門員)



かい がつ トンボの会 ～1月のおしらせ～



かつどう さんかもう こ がつ にち きん うけつけかいし
活動の参加申し込みは12月21日(金)受付開始です!

こうりゅうかい たいそう
レクリエーション交流会は「わんこ体操とミニゲーム」です!

へいせい ねん がつ にち にち ごぜん じ じ
と き: 平成31年 1月13日(日) 午前10時～12時

そうごうふくし かい
ところ: 総合福祉センター3階 すこやかホール

ない よう たいそう
内 容: わんこ体操とミニゲーム

も もの の もの みず ちゃ なか
持ち物: 飲み物(水・お茶)、中ズック、タオル

さんかひ 参加費: ありません 定員: 20名

もうしこ ていじん しだいし き
☆申込み: 定員になり次第締め切ります。

たんとうしよくいん あべ ぶとう
担当職員: 阿部・武藤

たんとうしよくいん へんこう ばあい
※担当職員は変更となる場合もあります



りょうりきょうしつ しょうが や ていしょく
料理教室メニューは「生姜焼き定食」です!

へいせい ねん がつ にち ど ごぜん じ ごご じ
と き: 平成31年1月26日(土) 午前10時～午後1時

ところ: フラットピアみやこ

しょうが や しる
メニュー: 生姜焼き、みそ汁、デザートなど

も もの さんかくきん なか の もの ちゃ
持 ち 物: エプロン、三角巾、中ズック、飲み物(お茶など)

さんかひ ざいりょうだい えん てい じん めい
参 加 費: 材料代300円 定員: 10名

もうしこ がつ にち きん もう こ
申込み: 1月18日(金)までに申し込んでください

もう こ おお ばあい ちょうせい りょうしょう
☆申し込みが多い場合は調整しますので、ご了承ください

たんとうしよくいん あべ まつざわ たんとうしよくいん へんこう ばあい
担当職員: 阿部・松澤 ※担当職員は変更となる場合もあります



し ～お知らせ～

まいとしおこな ちいきかつどうしえん
毎年行っている地域活動支援セン
ターみやこの活動に関するアンケー
トですが、今年度はアンケートは行わ
ず、利用されている方々に、直接
職員が聞き取りを行います。ご協力
をお願いします。



さんかもうしこ ちいきかつどうしえん
参加申込み: 「地域活動支援センターみやこ」
でんわ
電話0193-64-7878