

ち かつ 地活だより 7月号

発行 特定非営利活動法人
宮古圏域障がい者福祉推進ネット
〒027-0073 宮古市緑ヶ丘2番3号
電話 0193-64-7878

チューリップの会

ヨガ

とき：2021年7月3日(土) 10:00～11:30

ところ：はあとふるセンター

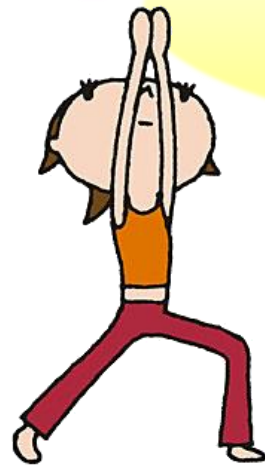
参加費：ありません 定員：5名

講師：佐藤 和美 氏

☆バランスボールにも挑戦しますよ！

動きやすい服装で参加してくださいね

○飲み物は各自お持ちください。



ひょうげんかつどう 表現活動

和紙作り体験

とき：2021年7月8日(木) 13:30～15:00

ところ：はあとふるセンター

参加費：100円 定員：5名

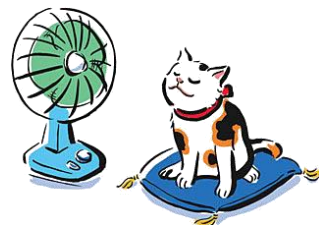
講師：栗橋 くみ子 氏

当日は小さな和紙を作ります。

この機会に和紙の原料楮に触れてみませんか。

きっと心地いいですよ。

○飲み物は各自お持ちください。



新型コロナウイルス感染症の拡大により、活動が中止となる場合がありますのでご了承ください

トンボの会 ～7月のおしらせ～

活動の参加申し込みは6月22日(火)受付開始です！

軽運動交流会は「ペタンクとテイスゲッター」です！

とき：2021年7月11日(日) 午前10時～11時30分

ところ：総合福祉センター3階 すこやかホール

内容：エムジョイさんと軽運動

持ち物：飲み物(水・お茶)、中ズック、タオル

参加費：ありません 定員：10名

☆申込み：定員になり次第締め切ります。

担当職員：山本・松澤

※担当職員は変更となる場合もあります



創作活動は「てるてる坊主を作ろう」です！

とき：2021年7月24日(土) 午前10時～11時30分

ところ：はあとふるセンター

内容：てるてる坊主作り

持ち物：飲み物(水・お茶)、中ズック、タオル

参加費：ありません 定員：5名

☆申込み：定員になり次第締め切ります。

担当職員：山本・武藤

※担当職員は変更となる場合もあります



※感染症対策にご協力お願いします

- ☆活動前の検温
- ☆マスク着用
- ☆手と指の消毒
- ☆密を避ける
- ☆水分補給



参加申込み：「地域活動支援センターみやこ」
電話0193-64-7878