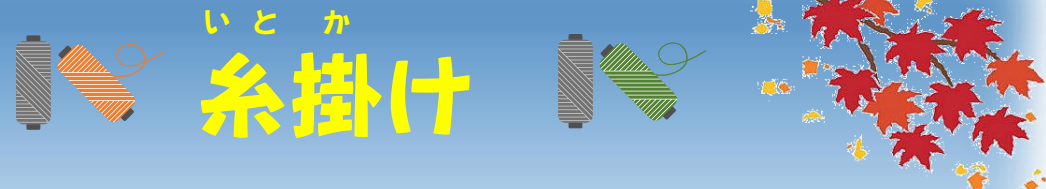


ちいきかつどうしえん  
～地域活動支援センターみやこ だより～

# ちかっ 地活だより 10月号

ほっこう 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  
みやこせいきしよつ 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ぼんごう  
〒027-0073 宮古市緑ヶ丘2番3号  
でんわ 電話 0193-64-7878

ひょうげんかつどう  
表現活動



## いと か 糸掛け

とき：2022年10月6日(木)13:30～15:00

ところ：はあとふるセンター

さんかひ  
参加費：ありません

こうし さとう くみこ  
講師：佐藤 久美子 さん

あつがみ つく かた いと か  
厚紙で作った型に糸を掛けて  
きれいな壁飾りを作りましょう♪



いやし の 部屋

## でいーびいでいーかんしょう ハーブティーとDVD鑑賞

とき：2022年10月21日(金)13:30～15:00

ところ：はあとふるセンター

さんかひ えん  
参加費：100円(ハーブティー代として)

ハーブティーを飲みながら  
ゆったりと過ごしませんか？

でいーびいでいー  
DVDはリラックスできるような内容のものを予定しています。お楽しみに！



かつどう さんか さい かんせんしょうたいさく おこな  
活動に参加する際は感染症対策をしっかりと行い、  
みな たの じかん す  
皆さんで楽しい時間を過ごしましょう！



しんがた かんせんしょう かくだい かつどう ちゅうし ばあい りょうしょう  
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 ～10月のおしらせ～

かつどう さんかもうし こ がつ 21 じち すい うけつけかいし  
活動の参加申し込みは9月21日(水)受付開始です！

けいうんどうこうりゅうかい  
軽運動交流会は「楽しく身体を動かそう」です！

とき：2022年10月9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：名取 秀志さん(GOAL WORKS)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。

たんとうしよくいん やまちと こむかい  
担当職員：山本・小向

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



そうさくかつどう  
創作活動は「オリジナルバッグを作ろう」です！

とき：2022年10月29日(土) 午前10時～11時30分

ところ：はあとふるセンター

内容：オリジナルバッグ作り

持ち物：飲み物(水・お茶)

参加費：ありません 定員：6名

☆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 ぶとう こむかい  
担当職員：武藤・小向

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

じゆく ぬまざきせんせい  
らくがき塾の沼崎先生と  
いっしょにつく  
一緒に作りましょう♪



かんせんしょうたいさく きょうりやく ねが  
※感染症対策にご協力をお願いします

- ☆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



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