

9月の活動カレンダー

活動の参加申し込みは8月21日(月)受付開始です!

日	月	火	水	木	金	土
<p>活動参加の際は、玄関での消毒、マスク等の感染対策にご協力ください</p>					1 花金だるま (10:00~11:30) はあとふるセンター	2 土曜の会 (10:00~11:30) はあとふるセンター
3 	4 フリースペース (9:00~12:30)	5 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	6 ナイスフレンドの会 〈卓球〉(13:30~15:00) はあとふるセンター	7 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター 表現活動 玉ねぎ染め (13:30~15:00) はあとふるセンター ※表紙をご覧ください	8	9 チューリップの会 (9:30~11:30) ※下枠をご覧ください
10 トンボの会 軽運動交流 (10:00~11:30) 宮古市総合福祉センター	11 フリースペース (9:00~12:30) SST (13:30~15:00) はあとふるセンター	12 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター 趣味サークル 散策 (13:30~15:00) はあとふるセンター ※下記をご覧ください	13 	14 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	15 “いやし”の部屋 パステルアート (13:30~15:00) はあとふるセンター ※表紙をご覧ください	16 トンボの会 音楽あそび (10:00~11:30) はあとふるセンター
17	18 敬老の日	19 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	20 ナイスフレンドの会 〈スカットボール〉 (13:30~15:00) はあとふるセンター	21 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	22	23 秋分の日
24 帆立の会 軽食作り (10:00~11:30) はあとふるセンター	25 フリースペース (9:00~12:30)	26 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター ピアカウンセリング (13:30~15:00) はあとふるセンター	27	28 だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	29 	30

9月の活動案内

- ★ □ の活動は申し込みが必要です
- ★ SST 【社会生活技能訓練】
9月11日(月) 13:30~15:00
- ★ 【男性当事者の会】 帆立の会 軽食作り
9月24日(日) 10:00~11:30
持ち物: エプロン・三角巾 参加費: 500円
- ★ ピアカウンセリング
9月26日(火) 13:30~15:00

【共通】
※定員 各8名 ※会場 はあとふるセンター
◇定員になり次第締め切ります

※ご注意ください※
調理や創作等の活動は、前日昼以降のキャンセルの場合、参加費(材料費)をいただきます。

【女性当事者の会】 チューリップの会

～ネイル～

講師: 沼里 美幸 さん

とき: 9月9日(土) 9:30~11:30

内容: ネイルサロン 定員: 6名
参加費: 400円 持ち物: 飲み物

※開始時間に
ご注意ください

みなさんで会話をしながら楽しみましょう♪

〈参加申込み・問合せ先〉
地域活動支援センターみやこ
電話 0193-64-7878
FAX 0193-77-3921
(山本・松澤・武藤・西・芳賀)

活動のふりかえり

趣味サークル パリパリ薄皮ピザ
チューリップの会 和風パンケーキ

「おいしいねえ!」…笑顔あふれる活動でした♪

8/3 表現活動 スクラッチアート

時間を忘れて
夢中になって
取り組んでいました

「〇〇さんの作品、きれいだねえ」…お互いに見せ合っていました(〃)

趣味サークル 散策

～海を眺めながら午後の楽しいひとときを過ごしましょう♪～

とき: 9月12日(火) 13:25宮古駅集合 定員: 8名 (定員になり次第締め切ります)

内容: 岩手県北バス(路線バス)に乗って「シートピアなあと」へ行き、周辺の散策とお買い物

- ★行き…宮古駅発 13:40 ⇒ シートピアなあと着 13:48
- ★運賃…往復300円 ※障害者手帳提示で半額になります
- ★帰り…シートピアなあと発15:25 ⇒ 宮古駅着15:40(到着予定)～解散～

◇運賃や買い物などにかかる費用は自己負担です。
◇悪天候により散策中止の場合は、申し込んだ方に個別連絡します。なお、散策中止の場合は、はあとふるセンターにて、焼きそば作り(材料費200円)を行う予定です。(時間13:30~15:00)