

ちかっ 地活だより 9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

ひょうげんかつどう
表現活動
ちぎい絵
講師 沼崎淳子氏

とき: 9月1日(木) 13:30～15:00
 ところ: はあとふるセンター
 定員: 6名(定員になり次第締め切ります)
 参加費: ありません
 持ち物: 飲み物

当日は、あらかじめ用意されてある土台
 となる絵に和紙をちぎって貼り付けます。
 参加者と交流しながら、作品作りを楽し
 んでみませんか(*^-^*)

“いやし”の部屋

ヨガ
講師 徳田真理子氏

お馴染みの
徳田先生です!



とき: 9月16日(金) 13:30～15:00
 ところ: はあとふるセンター
 定員: 6名(定員になり次第締め切ります)
 参加費: ありません
 持ち物: 飲み物

動きやすい服装で
ご参加くださいね!

リラックスして体を動かし、心地よい時間に癒されましょう♪

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 ～9月のおしらせ～

活動の参加申込みは8月19日(金)受付開始です!

軽運動交流会は「楽しく身体を動かそう」です!

とき: 2022年9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: 関口 健さん(Mジョイ)と軽運動交流
 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・小向 ※担当職員は変更となる場合もあります

創作活動は「紙粘土であそぼう」です!

とき: 2022年9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: 紙粘土体験と作品作り
 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。



担当職員: 松澤・小向 ※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

参加申込み: 「地域活動支援センターみやこ」
 電話0193-64-7878