

10月の活動カレンダー



活動の参加申し込みは9月21日(水)受付開始です!

10月の活動案内

★ □ の活動は申込みが必要です

日	月	火	水	木	金	土
<p>活動参加の際は、玄関での検温と消毒 マスク等の感染対策にご協力ください</p>						1
2	3	4	5	6	7	8
	フリースペース (9:00~12:30)	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	ナイスフレンドの会 《卓球》(13:30~15:00) 中央公民館分館	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター 表現活動 糸掛け (13:30~15:00) はあとふるセンター	花金だるま (10:00~11:30) はあとふるセンター	チューリップの会 散策 (10:00~11:30) はあとふるセンター
9	10	11	12	13	14	15
トンボの会 軽運動交流 (10:00~11:30) 総合福祉センター	スポーツの日	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター 趣味サークルお菓子作り (13:00~15:00) はあとふるセンター	サテライト川井 (10:00~11:30)	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター		
16	17	18	19	20	21	22
	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	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター 土曜の会 身だしなみ (10:00~11:30) はあとふるセンター	ナイスフレンドの会 《スカットボール》 (13:30~15:00) 中央公民館分館	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター サテライト岩泉 (10:00~11:30)	“いやし”の部屋 ハーブティーとDVD鑑賞 (13:30~15:00) はあとふるセンター	
23	24	25	26	27	28	29
	フリースペース (9:00~12:30)	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	サテライト田野畑 (10:00~11:30)	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター		トンボの会 創作活動 オリジナルバック作り (10:00~11:30) はあとふるセンター
30	31					
帆立の会 (10:00~11:30) はあとふるセンター	フリースペース (9:00~12:30)					

☆表現活動 ※ 表紙をご覧ください。
10月6日(木) 13:30~15:00

☆チューリップの会 散策 ※ 下記をご覧ください
10月8日(土) 10:00~11:30

☆趣味サークル お菓子作り どう焼き
10月11日(火) 13:00~15:00
持ち物: 飲み物、エプロン、三角巾、材料代150円

☆SST【社会生活技能訓練】
10月17日(月) 13:30~15:00

☆“いやし”の部屋 ハーブティーとDVD鑑賞
※表紙をご覧ください
10月21日(金) 13:30~15:00

☆ピアカウンセリング
10月25日(火) 13:30~15:00
いくつかのテーマに沿って自分の話をしましょう

☆土曜の会 身だしなみ
10月18日(火) 10:00~11:30
今月は講師の都合により火曜日に行います。
一般就労を目指す方を対象とした学習会です!
◇「紳士服のコナカ宮古店」から講師をお招きします!

【共通】(「土曜の会」は除く)
※ 定員 各6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

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・小向・芳賀)

9月の活動の振り返り

9/1 表現活動 ちぎり絵



参加者の会話も弾み、和やかな雰囲気のもと、見ても楽しい作品に仕上がりました♪

9/13 趣味サークル フルーツポンチ



きれいに丸めたお団子に、彩りよくフルーツを盛り付け美味しく頂きました(´-`)

10月8日(土) 10:00~11:30

女性当事者の会
チューリップの会
散策
集合場所: 宮古駅前

内容: 宮古駅前に集合後、ミスタードーナツまで歩きお買い物。その後、公園へ移動し参加者で景色を眺めながら会話をします。

持ち物: 飲み物、買い物代(自己負担)
※活動終了後は、現地解散になります。

※動きやすい服装でご参加くださいね!

※雨天時は、センター内で「モルック」を行います。

「モルック」とは、フィンランドの伝統的なゲームを元に考えられた老若男女が楽しめるスポーツです。

投げる棒のことを「モルック」と言い、棒を投げて点数を競う競技です。

当日の詳しい説明後に、参加者で「モルック」に挑戦してみましょう。

※雨天時の対応については、申し込んだ方に連絡をします。