

3月の活動カレンダー

活動の参加申し込みは2月20日(火)受付開始です!

3月の活動案内

★ の活動は申し込みが必要です

日	月	火	水	木	金	土
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					1 花金だるま (10:00~11:30) はあとふるセンター	2
3	4 フリースペース (9:00~12:30)	5 だるまサークル 精 (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 精 (10:00~11:30) はあとふるセンター ひょうげんかつどう 表現活動 コラージュ文字 (13:30~15:00) はあとふるセンター 精 ※表紙をご覧ください	8	9 チューリップの会 区 メイク (10:00~11:30) ※下枠をご覧ください
10 トンボの会 知 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 精 (13:30~15:00) はあとふるセンター	12 だるまサークル 精 (10:00~11:30) はあとふるセンター 趣味サークル やきそば作り (13:30~15:00) はあとふるセンター ※表紙をご覧ください	13 ナイスフレンドの会 〈スカットボール・ポッチャ〉 (13:30~15:00) はあとふるセンター	14 だるまサークル 精 (10:00~11:30) はあとふるセンター	15 “いやし”の部屋 精 鑑賞会 (13:30~15:00) はあとふるセンター ※右枠をご覧ください	16
17	18 フリースペース (9:00~12:30)	19 だるまサークル 精 (10:00~11:30) はあとふるセンター	20 春分の日	21 だるまサークル 精 (10:00~11:30) はあとふるセンター	22	23 トンボの会 知 書道 (10:00~11:30) はあとふるセンター
24	25 フリースペース (9:00~12:30)	26 だるまサークル 精 (10:00~11:30) はあとふるセンター ピアカウンセリング 精 (13:30~15:00) はあとふるセンター	27	28 だるまサークル 精 (10:00~11:30) はあとふるセンター	29 花金だるま	30
31 帆立の会 区 ゲーム交流 (10:00~11:30) はあとふるセンター	<div data-bbox="356 1554 831 1743" data-label="Text"> <p>活動のふりかえり</p> </div> <div data-bbox="860 1554 1187 1743" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1216 1554 1573 1743" data-label="Text"> <p>2/13 趣味サークル おしる二作り 白玉団子たつぷりのおしるこに大満足でした!</p> </div> <div data-bbox="1276 1785 1513 2016" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1602 1554 2315 2016" data-label="Text"> <p>【女性当事者の会】チューリップの会 「POLA美容部員にメイクをしてもらおう♪」 とき: 3月9日(土) 10:00~11:30 場所: はあとふるセンター 参加費: ありません 持ち物: 飲み物 定員: 8名 (定員になり次第締め切ります)</p> </div> <div data-bbox="2136 1764 2285 1911" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="2344 1554 2878 2016" data-label="Text"> <p>~おしらせ~ カレンダーに参加対象の区別のマークをつけました。 精神障がい対象 精 知的障がい対象 知 上記以外の参加対象区別あり 区 ※マークのない活動はどなたでも参加できます</p> </div>					

☆SST【社会生活技能訓練】
3月11日(月) 13:30~15:00
☆ナイスフレンドの会 13:30~15:00
3月6日(水) 内容:卓球
3月13日(水) 内容:スカットボール・ポッチャ
~13日はポッチャにもチャレンジしてみましよう♪~

ポッチャとは?
ヨーロッパで生まれた、すべての人が一緒に楽しむ事ができるスポーツです。パラリンピックの正式種目です!
ルール…ジャックボールと呼ばれる白いボールに、赤・青それぞれ6球ずつのボールを投げたり転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。

☆いやしの部屋 CD鑑賞会「瀬戸内寂聴さんの法話」
3月15日(金) 13:30~15:00
~尼僧で小説家でもあった瀬戸内さんの法話を楽しんでみませんか?

☆ピアカウンセリング
3月26日(火) 13:30~15:00

☆【男性当事者の会】帆立の会 ゲーム交流等
3月31日(日) 10:00~11:30

【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

※集金のある活動に申込み、前日の昼以降にキャンセルの場合は、材料費を頂きます。ご了承ください。

〈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)

2/1 表現活動 マンダラ塗り絵
花や動物などのモチーフのマンダラ図案に、色鉛筆で丁寧に色付けしました。

