

がっ かつどう 8月の活動カレンダー



かつどう さん か もうし こ がっ にち げつ うけつけかい し
活動の参加申込みは 7月22日(月) 受付開始です！

にち 日	げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土
がっ かつどうさん か め やす さん か たいしやう かつよう ☆活動参加の目安に参加対象のマークをご活用ください☆ せいしんしやう しゃだいしやう せい ちてきしやう しゃだいしやう ち 精神障がい者対象 精 知的障がい者対象 知 じやうき いがい さん か たいしやうくべつ く 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出来ます。				1 だるまサークル (10:00～11:30) 精 はあとふるセンター ひやうげんかつどう 表現活動スクラッチアート (13:30～15:00) 精 はあとふるセンター	2 フリースペース (9:00～12:30)	3
4	5 フリースペース (9:00～12:30) えすえすてー S S T 精 (13:30～15:00) はあとふるセンター	6 だるまサークル (10:00～11:30) 精 はあとふるセンター しゆめ 趣味サークル 冷麺作り (13:30～15:00) はあとふるセンター	7 サテライト川井 (10:00～11:30) ナイスフレンズの会 〈卓球〉(13:30～15:00) はあとふるセンター	8 だるまサークル (10:00～11:30) 精 はあとふるセンター	9 フリースペース (9:00～12:30)	10
11 やま ひ 山の白 トンボの会 軽運動 知 (10:00～11:30) みやこ し ぞうごうふくし 宮古市総合福祉センター	12 ふりかえきゆうじつ 振替休日	13	14	15	16	17
18 トンボの会 知 カラフルアイスのリース作り (10:00～11:30) はあとふるセンター	19 フリースペース (9:00～12:30)	20 だるまサークル 精 (10:00～11:30) はあとふるセンター	21 ナイスフレンズの会 知 〈ポッチャ〉 (13:30～15:00) はあとふるセンター	22 だるまサークル 精 (10:00～11:30) はあとふるセンター さいわいずみ サテライト岩泉 (10:00～11:30)	23 フリースペース (9:00～12:30) “いやし”の部屋 でいーふいでいーかんしやう D V D 鑑賞 精 (13:30～15:10) はあとふるセンター	24
25 ほ たて かい 帆立の会 知 軽食作り 区 (10:00～11:30) はあとふるセンター チューリップの会 ヨガ 区 (10:00～11:30) はあとふるセンター	26 フリースペース (9:00～12:30)	27 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	28 サテライト田野畑 (10:00～11:30)	29 だるまサークル 精 (10:00～11:30) はあとふるセンター	30 フリースペース (9:00～12:30)	31

がっ かつどうあんない 8月の活動案内



★ の活動は 申込みが必要です

ひやうげんかつどう
☆表現活動 スクラッチアート
8月1日(木) 13:30～15:00
※下記をご覧ください。

えすえすてー
☆S S T 【社会生活技能訓練】
8月5日(月) 13:30～15:00

しゅみ
☆趣味サークル 冷麺作り
8月6日(火) 13:30～15:00
※表紙をご覧ください。

☆“いやし”の部屋 DVD鑑賞 ミニオンズ
8月23日(金) 13:30～15:10
涼しい部屋でゆったりと過ごしましょう(*^_^*)

☆【男性当事者の会】軌立の会 軽食作り
8月25日(日) 10:00～11:30
持ち物: エプロン、三角巾 材料費: 500円

☆【女性当事者の会】チューリップの会 ヨガ
8月25日(日) 10:00～11:30
※下記をご覧ください。

☆ピアカウンセリング
8月27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

【共通】 ※会場 はあとふるセンター ※定員 各8名
持ち物: 飲み物(水分補給用) ◇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。

かつどうさん か さい げんかん しやうどく どう かんせんたいさく きやうりよく
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。



かつどう ふ かえ
活動の振り返り

じっし
7/4実施

ひやうげんかつどう
表現活動

はなび か
花火を描こう！

さん か もうし こ といいわ きき
〈参加申込み・問合せ先〉
ち いきかつどう し えん
地域活動支援センターみやこ
でんわ
電話 0193-64-7878
ふあつくす
FAX 0193-77-3921
やまもと にし せんさき がまの は が
(山本・西・千崎・蒲野・芳賀)



いちまい かみ え ぐ ちち すてき はなび ひやうげん
一枚の紙に絵の具を用いて素敵な花火を表現しました☆3

ひやうげんかつどう 表現活動 スクラッチアート

がっ たち もく
と き: 8月1日(木) 13:30～15:00
と ば しょう
場 所: はあとふるセンター 定員: 8名
ない
内 容: スクラッチアート ※精神障がい者対象です。
もちもの さいりやうだい えん
持ち物: 飲み物 材料代 110円
スクラッチアートは、自律神経を整える効果があるといわれています。涼みながら気軽に取り組んでみませんか(*^_^*)

じょせいとうじしゃ かい 【女性当事者の会】チューリップの会 ヨガ

こうし とくた まりこ
★ 講師 徳田 真理子さん ★
がっ にち にち
と き: 8月25日(日) 10:00～11:30
と ば しょう
場 所: はあとふるセンター 定員: 8名
ない
内 容: ヨガ 徳田先生と一緒にヨガを楽しみましょう★
もちもの さいりやうだい えん
持ち物: 飲み物 参加費: ありません



※ 女性はどなたでも参加出来ます。