

ち か っ ち っ ぐ
地活だより 11月号

ち い き か つ ど う し え ん
～地域活動支援センターみやこ だより～

は っ こ う と く て い ひ え い り か つ ど う ほ う じ ん
発行 特定非営利活動法人
み や こ け ん い き し ょ う し ゃ ぶ く し す い し ん
宮古圏域障がい者福祉推進ネット
み や こ し み ど り が お か ば ん ぐ ろ
〒027-0073 宮古市緑ヶ丘2番3号
で ん わ
電話 0193-64-7878



ひょうげんかっどう
表現活動

せいしんしょう しやたいしょう もうしこ ひつよう
【精神障がい者対象・申込みが必要です】

づ く
リース作り



と き: 11月7日(木)
13:30～15:00

ところ: はあとふるセンター
定 員: 8名(定員になり次第締め切ります)
参加費: 300円 持ち物: 飲み物

とうじつ あらかじ ようい どだい
当日は、予 め用意された土台となるリースに材料を装飾します。秋の午後、制作を楽しみましょう(*^_^*)

せいしんしょう しやたいしょう もうしこ ひつよう
【精神障がい者対象・申込みが必要です】

へ や
“いやし”の部屋
でいびいでいーかんしょう
DVD鑑賞&お茶

と き: 11月22日(金)
13:00～15:00

かいし じかん
開始時間は、
午後13時からです！

ところ: はあとふるセンター
定 員: 8名(定員になり次第締め切ります)
参加費: 110円 持ち物: ありません

ごごのひとときをゆったりと過ごしましょう(*^_^*)



そうだん し えん せんもんいん
相談支援専門員
ほろいわ こずえ
裏岩 梢

が っ あたら しよくいん くわ
☆10月から新しい職員が加わりました☆

ねが
☆よろしくお願いします☆

が っ せ わ ほろいわ いぜん みやこ ししやきょう しよくいん
10月からお世話になっている裏岩です。以前、宮古市社協の職員として
れいんぼーネットに出向勤務していましたが、3年半振りにれいんぼーネット
も ども き みな たの はなし か っ ど う さん か
に戻って来ました。皆さんとまた、楽しくお話をしたり活動に参加したいで
す。これからよろしくお願ひいたします。

が い が っ
トンボの会 ～11月のおしらせ～

か っ ど う さん か もうしこ が っ に ち か う け っ け い し
活動の参加申込みは 10月22日(火)受付開始です！



けいうんどうこうりゅうかい たの から だ うご
軽運動交流会は「楽しく身体を動かそう」です！

ち て き し ょ う し や たい し ょ う もう し こ ひ つ よ う
【知的障がい者対象・申込みが必要です】

と き: 2024年11月10日(日) 午前10時～11時30分
ところ: 宮古市総合福祉センター3階 すこやかホール
内 容: 名取 秀志さん(GOAL WORKS)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: 15名
☆申込み: 定員になり次第締め切ります。



そうさくかっどう
創作活動は「パステルアート」です！

ち て き し ょ う し や たい し ょ う もう し こ ひ つ よ う
【知的障がい者対象・申込みが必要です】

こうし さいとうあやの むが
講師に、齋藤綾乃さんをお迎えします。

と き: 2024年11月17日(日) 午前10時～11時30分
ところ: はあとふるセンター
内 容: パステルアート
持ち物: 飲み物(水・お茶)
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。



※ 写真はイメージです



かんせんしやうたいさく きようりよく ねが
感染症対策にご協力をお願いします

か っ ど う ま え けんおん ☆活動前の検温 ☆マスク着用
て ゆび しょうどく ☆手と指の消毒 ☆密を避ける
すいぶん ほ きゅう ☆水分補給

さん か もうしこ ち い き か つ ど う し え ん
参加申込み:「地域活動支援センターみやこ」
で ん わ
電話0193-64-7878