

11月の活動カレンダー

活動の参加申込みは10月22日(水)受付開始です！

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

11月10日(月) 13:30～15:00
SS T (13:30～15:00)
 はあとふるセンター

11月11日(火) 13:30～15:00
趣味サークル (13:30～15:00)
 ※右枠をご覧ください

11月12日(水) 13:30～15:00
趣味サークル (13:30～15:00)
 ※右枠をご覧ください

11月13日(木) 13:30～15:00
趣味サークル (13:30～15:00)
 ※右枠をご覧ください

11月14日(金) 13:30～15:00
趣味サークル (13:30～15:00)
 ※右枠をご覧ください

11月15日(土) 13:30～15:00
趣味サークル (13:30～15:00)
 ※右枠をご覧ください

11月16日(日) 10:00～11:30
SS T (10:00～11:30)
 はあとふるセンター

11月17日(月) 10:00～11:30
SS T (10:00～11:30)
 はあとふるセンター

11月18日(火) 10:00～11:30
SS T (10:00～11:30)
 はあとふるセンター

11月19日(水) 10:00～11:30
SS T (10:00～11:30)
 はあとふるセンター

11月20日(木) 10:00～11:30
SS T (10:00～11:30)
 はあとふるセンター

11月21日(金) 10:00～11:30
SS T (10:00～11:30)
 はあとふるセンター

11月の活動案内

★ の活動は申込みが必要です

☆ **表現活動** エコキーホルダー作り

11月6日(木) 13:30～15:00

材料費: ありません 定員: 5名

ペットボトルキャップをチップ状にした物を材料にして作ります。素敵なキーホルダーが出来上がりますよ！

☆ **SS T** 【社会生活技能訓練】

11月10日(月) 13:30～15:00

☆ **“いやし”の部屋** DVD映画鑑賞会

11月21日(金) 13:10～15:00 参加費: ありません

開始時間にご注意ください

☆ **【男性当事者の会】帆立の会** ゲーム交流会

11月30日(日) 10:00～11:30

参加者みなさんでアイディアを出し合い、活動内容を決めて楽しみましょう♪

【共通】 ※会場 はあとふるセンター

※ 定員 各8名(表現活動を除く) 定員になり次第締め切ります

※持ち物: 飲み物(水分補給用)

※ 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。



趣味サークル 散歩

とき: 11月11日(火) 13:30～15:00

集合場所: 宮古駅(さんてつや)前 (13:30)

持ち物: 食事代(自己負担)

集合後、宮古第一中学校の隣のイチヨウの木を見に行きます。

その後、マクドナルドでティータイムを過ごしましょう♪

※悪天候の場合は、活動室でDVD鑑賞を行います。

ピアカウンセリング

「座談会・ピアサポーターと語ろう」

～大船渡市「地域活動支援センター星雲」

相談支援員 佐々木和幸さん をお招きします～

とき: 11月25日(火) 13:30～15:00

ところ: はあとふるセンター 定員: 8名

☆活動参加の目安に参加対象のマークをご活用ください☆

精神障がい者対象 知的障がい者対象

上記以外の参加対象区別あり

※マークのない活動はどなたでも参加出来ます。

9/28 チューリップの会 うみねこれで浄土ヶ浜へ！

青い海、
 きれいな空、
 みんなでお出かけ、
 気分爽快！



10/14 趣味サークル
 かぼちゃパンケーキ作り

ハロウィン気分を味わいながらの楽しい活動でした！



＜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・西・芳賀)



北上ワラタネスクエアの
 中野寛人さんをお招きし、ギターの弾き語りコンサートを開催しました。

ご自身の経験や思いがぎゅっと詰まった曲を力強く歌う中野さん。感動で胸がいっぱいになるコンサートでした♪