

ち かつ
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～

発行 特定非営利活動法人
宮古圏域障がい者福祉推進ネット
〒027-0073 宮古市緑ヶ丘2番3号
電話 0193-64-7878

しょうがい 理解と、人にやさしい地域づくりを目指して！

はあとふるフェスタ

2025

～ともに生きる社会へ～

と き: 2025年11月22日(土)～23日(日)
と ころ: イーストピアみやこ 宮古市市民交流センター2階

★開催期間中、2階通路にパネル展示します★

地域活動支援センターみやこ 活動作品
宮古圏域障がい当事者団体等ネットワーク 活動紹介

皆さまのご来場を
お待ちしております。



ふれあいカフェ
ミヤコ
営業します！

11月22日(土) 音楽いろいろ遊び、ちかつ in イーストピア

★音楽いろいろ遊び 10:00～11:30★ 場所: 多目的ホール 定員: 60名

音楽療法士の山崎尚子さんと一緒に音楽を聴き、身体を動かしましょう♪

★ちかつ in イーストピア 13:00～16:00★ 場所: 運動スタジオ1 定員: ありません

創作活動(スクラッチアート、パステルアートなど)、軽運動(スカットボールなど)の体験

11月23日(日) 無料映画上映会 (全2回上映)

★無料映画上映会「ぼくは写真で世界とつながる～米田祐二22歳～」

場所: 多目的ホール 定員: 各回60名

①13:00～14:10(12:50開場) ②14:30～15:40(14:20開場) ※事前申込みの方を優先します。

同日開催 地域生活支援セミナー 玉木幸則さん講演会 10:00～12:00(多目的ホール)

10月から新しい職員が加わりました



相談支援員 金子 淑子

はじめまして。金子と申します。10月1日からレインボーネットで仕事をすることになりました。私は、谷川俊太郎さんの「朝のルー」という詩を読み一日を始めます。素敵な詩です。興味のある方はぜひ読んでみてください。これからよろしくお願ひいたします。

新型コロナウイルス感染症の拡大により、活動が中止となる場合がありますのでご了承ください

トンボの会 ～11月のおしらせ～

活動の参加申込みは 10月22日(水)受付開始です！

軽運動交流会は「楽しく身体を動かそう」です！

と き: 2025年11月9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) 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。



創作活動は「アクリル板に絵を描こう」です！

★講師には沼崎淳子さんをお迎えします★

と き: 2025年11月16日(日) 午前10時～11時30分

と ころ: はあとふるセンター

内 容: 透明なアクリル板に絵の具で自由に絵を描きましょう♪

持ち物: 飲み物(水・お茶)

材料費: 500円 定員: 12名

☆申込み: 定員になり次第締め切ります。



沼崎先生に教わりながら
楽しく作しましょう(^_^)

感染症対策にご協力をお願いします

☆活動前の検温 ☆マスク着用

☆手と指の消毒 ☆密を避ける

☆水分補給



参加申込み: 「地域活動支援センターみやこ」
電話0193-64-7878