

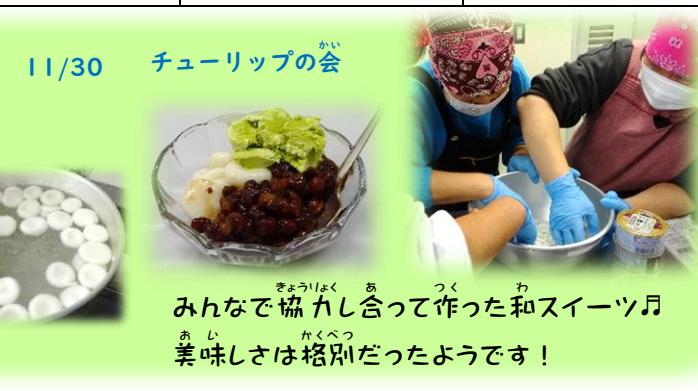
かつどう 1月の活動カレンダー

かつどう 活動の参加申込みは12月23日(火)受付開始です！

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					3	
4	5	6	7	8	9	10
	フリースペース (9:00~12:30)	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	ナイスフレンドの会 (卓球) (13:30~15:00) はあとふるセンター	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	フリースペース (9:00~12:30)	
11	12	13	14	15	16	17
トントボの会 軽運動 (10:00~11:30) 宮古市総合福祉センター	せいじんひ 成人の日	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	フリースペース (9:00~12:30)	“いやし”の部屋 音楽療法 (13:30~15:00) はあとふるセンター	
18	19	20	21	22	23	24
トントボの会 書道 (10:00~11:30) はあとふるセンター	フリースペース (9:00~12:30)	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	ナイスフレンドの会 (ボッチャ) (13:30~15:00) はあとふるセンター	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	フリースペース (9:00~12:30)	
25	26	27	28	29	30	31
帆立の会 ゲーム交流等 (10:00~11:30) はあとふるセンター	フリースペース (9:00~12:30)	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	だるまサークル (10:00~11:30) はあとふるセンター	フリースペース (9:00~12:30)		
チュークリップの会 鑑賞会 (10:00~11:30) はあとふるセンター		ピアカウンセリング (13:30~15:00) はあとふるセンター				

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。

さんかもうしこ
(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
0193-64-7878
FAX 0193-77-3921
(山本・西・芳賀)



1月の活動案内

★ かつどう もうしこ ひつよう
の活動は申込みが必要です

☆表現活動

書初め

1月8日(木) 13:30~15:00

☆SST [社会生活技能訓練]

1月19日(月) 13:30~15:00

☆【男性当事者の会】帆立の会 ゲーム交流等

1月25日(日) 10:00~11:30



☆ピアカウンセリング

1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。

趣味サークル

はつ もうで
初 詣

とき: 1月13日(火) 13:30~15:00

集合場所: 宮古駅前(13:30) 持ち物: お賽銭・食事代(自己負担)

みやこえき しゅうごうご よこやまはちまんぐう はつもうで
宮古駅に集合後、横山八幡宮にて初詣。

その後、和風レストランまるまつでティータイムを過ごしましょ♪

※悪天時の対応については、申込んだ方にお知らせします。

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

どうがかんじょう
動画鑑賞



いろいろなアーティストの音楽を動画で楽しみましょ♪

みなさんからのリクエストにお応えします！

とき: 1月25日(日) 10:00~11:30

ところ: はあとふるセンター 定員: 10名

持ち物: 飲み物 参加費: ありません