

# 2月の活動カレンダー

活動の参加申込みは1月26日(月)受付開始です！  
※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。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	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 表現活動 コラージュ (13:30～15:00) はあとふるセンター	フリースペース (9:00～12:30)	
8	9	10	11	12	13	14
※お知らせ 2月のトンボの会(軽運動)は、会場が衆議院選挙・投票所で使用出来ないため、22日に行います。ご了承ください。	フリースペース (9:00～12:30) S S T (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 趣味サークル おしるこ作り (13:30～15:00) はあとふるセンター	けんこくきねんひ 建国記念の日	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)	
15	16	17	18	19	20	21
トンボの会 福笑いを作って遊ぼう (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	サテライト川井 (10:00～11:30) ナイスフレンドの会 (モルック) (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 サテライト岩泉 (10:00～11:30)	フリースペース (9:00～12:30) “いやし”の部屋 動画鑑賞 (13:30～15:00) はあとふるセンター	
22	23	24	25	26	27	28
帆立の会 軽食作り (10:00～11:30) はあとふるセンター チュールリップの会 ネイル (9:30～11:30) はあとふるセンター	てんのうたんじょうび 天皇誕生日	だるまサークル (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	サテライト田野畑 (10:00～11:30)	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)	
トンボの会 軽運動 (10:00～11:30) 宮古市総合福祉センター						

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。

活動の振り返り

＜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

表現活動 書初め  
R8.1.8実施

趣味サークル 初詣  
R8.1.13実施

馬 冬 春  
そら 馬

心静かに筆で  
文字を書く事を楽し  
み、穏やかな時間を  
過ごしました☆



活動日前から、この日を楽しみにしていた参加者の皆さん！  
当日は横山八幡宮を参拝後、「まるまつ」で休憩をし、楽しい時間を過ごす事が出来ました(\*\_\*)☆

☆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。

【女性当事者の会】チュールリップの会

ネイル

講師：沼里 美幸さん

2月22日(日)  
9:30～11:30  
はあとふるセンター  
爪をキレイにしてみたい、癒しのひと時を過ごしましょう😊💡

参加費：400円  
定員：6名  
持ち物：飲み物

## 2月の活動案内

★ の活動は申込みが必要です

☆表現活動 コラージュ  
2月5日(木) 13:30～15:00

☆SST【社会生活技能訓練】  
2月9日(月) 13:30～15:00

☆趣味サークル おしるこ作り  
2月10日(火) 13:30～15:00  
※表紙をご覧ください。

☆“いやし”の部屋 動画鑑賞  
2月20日(金) 13:30～15:00  
参加費：ありません  
好きなアーティストの音楽などを動画で楽しみましょう♪

☆【男性当事者の会】帆立の会 軽食作り  
2月22日(日) 10:00～11:30  
持ち物：エプロン、三角巾 材料費：500円  
※男性はどなたでも参加出来ます。

☆【女性当事者の会】チュールリップの会 ネイル  
2月22日(日) 9:30～11:30  
※下記をご覧ください。  
開始時間に  
ご注意ください！

☆ピアカウンセリング  
2月24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  
※女性はどなたでも参加出来ます。

【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