

かつ かつどう 4月の活動カレンダー

活動の参加申し込みは3月26日(木)受付開始です!

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|--|---|---|--|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | かつどうさん かい さい しょうどく とう 活動参加の際は、消毒・マスク等の かんせんたいさく きょうりょく 感染対策にご協力ください | | 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) せい精 はあとふるセンター | フリースペース (9:00~12:30) | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | フリースペース (9:00~12:30) | だるまサークル (10:00~11:30) せい精 はあとふるセンター ひょうげんかつどう 表現活動 マンダラ塗り絵 (13:30~15:00) はあとふるセンター せい精 | サテライト川井 (10:00~11:30) ひょうげんかつどう 表現活動は 令和8年度4月~ 第一火曜日(午後)の 活動となります | だるまサークル せい精 (10:00~11:30) はあとふるセンター | フリースペース (9:00~12:30) |  |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| トンポの会 ち知 軽運動交流 (10:00~11:30) 宮古市総合福祉センター | フリースペース (9:00~12:30) えすえすていー S S T せい精 (13:30~15:00) はあとふるセンター | だるまサークル せい精 (10:00~11:30) はあとふるセンター しゅみ 趣味サークル お花見 (13:30~15:00) ※右枠をご覧ください | 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 せい精 (10:00~11:30) はあとふるセンター さてらいと 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 せい精 (13:30~15:00) はあとふるセンター ※表紙をご覧ください | |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| トンポの会 ち知 ぬりえ (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 せい精 (10:00~11:30) 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 せい精 (10:00~11:30) はあとふるセンター | フリースペース (9:00~12:30) | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 帆立の会 く区 お花見 (10:00~11:30) ※右枠をご覧ください | フリースペース (9:00~12:30) | だるまサークル せい精 (10:00~11:30) はあとふるセンター ひ ピアカウンセリング せい精 (13:30~15:00) はあとふるセンター | しょうわ 昭和の日 | だるまサークル せい精 (10:00~11:30) はあとふるセンター | | |

かつ かつどうあんない 4月の活動案内

★ □の活動は申込みが必要です

☆ナイスフレンドの会

4月1日(水) 13:30~15:00 卓球
 4月15日(水) 13:30~15:00 スカットボール

☆表現活動 マンダラ塗り絵

4月7日(火) 13:30~15:00
 材料費：ありません

☆SST (社会生活技能訓練)

4月13日(月) 13:30~15:00

☆趣味サークル お花見

4月14日(火) 13:30~15:00

参加費：300円(和菓子代)
 内容：近隣の公園まで歩き、春を満喫しましょう♪
 ※悪天候の場合は、室内でDVD鑑賞を行います。

☆ピアカウンセリング

4月28日(火) 13:30~15:00

ピア(仲間)同士が語り合い、支え合う活動です。

【共通】 ※定員 各8名 ◇定員になり次第締め切ります
 ※会場 はあとふるセンター(趣味サークル以外)
 ※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。

男性当事者の会 帆立の会 お花見

と き：4月26日(日) 10:00~11:30
 集合場所：はあとふるセンター ※10時 定員：8名

集合してから、みなさんと活動プランを立てましょう。
 かかる費用は全て自費です。
 ※悪天候の場合は、はあとふるセンターでゲーム交流を行います。

女性当事者の会 チューリップの会 お花見

と き：4月26日(日) 10:00~11:30
 集合場所：宮古駅(さんてつや)前 ※10時
 定員：8名
 持ち物：買い物代(自己負担)

集合後、ミスタードーナツにて買い物をして、
 近隣の公園に移動し、お花見を楽しみましょう♪
 ※悪天候の場合でお花見ができない場合には、申込んだ方に連絡します。代替りの活動はおたのしみ会です。
 【おたのしみ会の参加費：200円(和菓子代)】

活動のふいかえい

3/5 ひょうげんかつどう
 表現活動
 「大人の塗り絵」



じっくり集中して楽しみました！色合いが素敵ですね♪



令和8年度保存版「地域活動支援センターみやこ」の活動案内を発行しました。

活動内容を詳しく表記しておりますので、活動参加の自安にお役立てください！

スタッフ一同、皆さまのご参加をお待ちしております！



さん かもうこ といあわ さき
 <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
 (地活係まで)