～地域活動支援センターみやこ　だより～

地活だより　12月号

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

～趣味サークル・"いやし"の部屋　特別合体企画～

みんなで交流会・冬2026

※ どなたでも参加出来ます

2026年 **12月18日(金)**　**10:00~12:30**

活動時間にご注意下さい

内容：シチュー＆デザート作り、会食と簡単なゲーム交流

ところ　：はあとふるセンター

持ち物　：エプロン、三角巾

材料代：400円

定員　：8名

みんなで楽しい時間を過ごしましょう(*^_^*)



岩手県障がい者フライングディスク協会主催

フライングディスク交流会in宮古

参加者大募集

とき：2026年12月19日（土）10:00～11:30

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：みんなで楽しく踊ろう！　ディスクでゲーム　ディスクをとばそう！

参加費：ありません　　定員：ありません　　持ち物：中ズック、飲み物、タオル

※当日は、現地集合、現地解散となります。

申込み・問合せ先　地活担当者まで



トンボの会　～12月のおしらせ

活動の参加申込みは11月26日(木)受付開始です！

【トンボの会は知的障がい者対象・申込みが必要です】

あっという間の1年でしたね！今年最後のトンボの会　皆さんの参加、お待ちしています

軽運動交流会は「楽しく身体を動かそう」です！

と　き：2026年 12月6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)と軽運動

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



参加者には、「クリスマスのお菓子」をプレゼント！



創作活動は「クリスマス交流会」です！

と　き：2026年 12月13日(日)　午前10時～11時30分

ところ：はあとふるセンター

内　容：前半は簡単なクリスマスツリー作り、その後は
ゲーム交流をしながら楽しく過ごしましょう！

持ち物：飲み物(水・お茶)

参加費：200円(お菓子を準備します)　定　員：10名

☆申込み：定員になり次第締め切ります



※感染症対策にご協力お願いします

☆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