

みらい 9月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
休館日	レク&ゲームからのお願い 南部体育館で卓球、バドミントンをする場合は、 飲み物（水筒やペットボトル）・室内履き・タオル 持参での参加をお願いします。    		リボンの会(re-born) 9月15日(土) 14:00~15:30 リボンの会を開催します。リボンの会とは、摂食障害本人の会になります。参加者は全員、摂食障害の当事者です。居心地が良く、安心してなんでも話せる場所を目指し、作っていく自助グループです。話しを聞くだけ、一回だけの参加でも構いません。皆さんのペースで、お気軽に参加ください。〈申込み・お問合せ先〉…054-285-8870 〈参加費〉…無料 〈参加条件〉…お互いの秘密を守れる人 みらい多目的室にて行います 		1	
2	3 14:00~15:00 お絵かき工房 水彩画、塗り絵など自由に描きましょう♪	4 14:00~15:00 レク&ゲーム (ポッチャ)	5 14:30~ みんなの体操 ラジオ体操	6 9:00~11:00 職員ミーティング	7 14:00~15:00 歌会 ~俳句・川柳・短歌など~	8
9	10 14:00~ 行事ミーティング みらいのルールや今後について一緒に話し合いました。	11 14:00~15:00 やさしい家庭科 (スムージー作り) しめきり8日 参加費50円	12	13 13:30~15:30 映画クラブ(みらいシアター) マンマミーアを見よう	14 15:00~16:00 レク&ゲーム(バドミントン) 室内履き・飲み物持参での参加をお願いします。 13:00~15:00 アルコール依存相談 (事前予約制)	15 14:00~15:30 リボンの会(re-born) 場所:多目的室 摂食障害本人の会になります。詳細は上記をご覧ください。
16	17 休館日	18 14:30~ みんなの体操 ラジオ体操	19	20 9:00~11:00 職員ミーティング 14:00~15:00 リラックスヨガ※予約制先着7名	21 10:30~ のぼほんスペース みらいピア 13:30~15:00 無料法律相談(事前予約制)	22
23 30	24 休館日	25 14:00~15:00 レク&ゲーム (卓球) 室内履きが必要になります。南部体育館の予約状況によっては時間が前後したり、できない可能性もあります。	26 14:00~15:00 *楽しい絵手紙 絵手紙の日	27 14:00~15:00 ペン&毛筆習字	28	29

*調理実習や各イベント等、費用が発生するプログラムは原則締切日以降の返金是对應できません。また、参加キャンセルの際は必ず連絡等、申し出をしてください。

みらいのコーナー

9/10(月) 14:00~

行事ミーティング

9/10(月)14時から行事ミーティングを行います。皆さんと一緒に、みらいについてのこと、プログラムについてのことなど、色々な意見交換ができれば嬉しく思います。

9/13(木) 13:30~15:30

映画クラブ

2008年イギリス、アメリカ映画。世界170都市以上で上演された大ヒットミュージカル「マンマ・ミーア！」の映画化。母と娘の強い絆を描いた、見る人をハッピーにさせてくれるハートフルなミュージカル映画。サウンドトラックには、全曲ABBAの楽曲が使われていて、楽しい気持ちを盛り上げてくれること間違いなしです。



9/14(金) 15:00~16:00

レク&ゲーム(バトミントン)



9月14日(金) 南部体育館にてバトミントンを行います。10月からは体育館の改修工事が行われるため、しばらくの間バトミントンはお休みとなります。是非、お休みに入る前に、これまで参加して下さいました方、参加しようと思って中々参加が出来なかった方にも参加していただけたらと思います。皆さんの参加をお待ちしております。

気軽に
見学に
いら
して下さい



おさだ〜らちゃん

静岡市支援センターみらい

静岡市駿河区曲金三丁目1番30号 南部保健福祉センター 3階
電話・FAX 054-285-8870
相談専門電話 054-285-8871

交通 静鉄バス 県立病院高松線登呂コープタウン行き
「小黒三丁目南部体育館入口」下車徒歩3分
みなみ線
「小黒二丁目東」下車徒歩5分



ジャグリング

はじめてみませんか？

ジャグリングとは大道芸やサーカスなどで見られる「道具をたくみに操る」芸のことです。

ジャグリングは見ていても楽しいですが、やるともっと楽しいです。最初は中々できないかもしれませんが、どんな人でも根気よく、あきらめずに続けて練習すれば必ずできるようになります。

全く分からない方も、普段からジャグリングを楽しまれている方が、優しく丁寧に教えてくれますので安心してください！！

ジャグリングをする喜び、楽しさをみんなで一緒に体験してみませんか？

アルコール依存相談やっています

毎月第2金曜日

毎月第2金曜日にアルコールに関する相談を受け付けております。アルコール依存に悩むご本人やそのご家族が対象です。相談は予約制で断酒会の会員がお話を聞きます。次回は9月は14日(金)です。気軽にお問合せ下さい。