

# 2019年 静岡市支援センター みらい 3月の予定



日	月	火	水	木	金	土	
休館日	<p><b>※3月2日(土)は、複合施設内全館停電のため、臨時休館となります！ご注意ください！</b></p> <p>家族茶話会のため、3月23日(土)の13:00～茶話会終了までは、地活を利用される利用者さんには、過ごす場所を指定させていただくことになります。大変申し訳ありませんが、ご協力の程よろしくお願い致します。</p>				1	2	
					14:00～ 園芸	臨時休館日	
休館日	3	4	5	6	7	8	
			10:00～ みらい食堂 申込〆切 3/1(金) 参加費 調理する人 300円 食事だけの人 400円	9:00～11:00 上記の時間帯は、清掃業者が入りワックス掛けを行うため、利用を控えて頂くようよろしくお願い致します。		9:00～11:00 職員ミーティング	9
						13:00～15:00 アルコール依存相談 (事前予約制)	14:30～15:30 レク&ゲーム (ポッチャ) 14:00～15:30 リボンの会(re-born) 場所:多目的室 ※摂食障害本人の会となります
休館日	10	11	12	13	14	15	
		10:30～ みんなの体操 ラジオ体操	14:00～15:00 絵画工房 水彩画、塗り絵など自由に描きましょう♪	10:30～ みんなの体操 ラジオ体操	14:00～ のぼほんスペース みらいピア	13:30～15:30 映画クラブ(みらいシアター) 「南極料理人」	16
休館日	17	18	19	20	21	22	
		13:30～15:00 無料法律相談(事前予約制)	14:00～15:00 歌会 ～俳句・川柳・短歌など～	10:30～ みんなの体操 ラジオ体操	休館日		23
						9:00～11:00 職員ミーティング 13:30～15:30 家族茶話会	
休館日	24	25	26	27	28	29	
		14:00～15:00 ペン&毛筆習字	14:30～15:30 レク&ゲーム (ポッチャ)	14:00～15:00 楽しい絵手紙	14:00～15:00 リラックスヨガ ※予約制先着7名		30
休館日	31					★14:00～ ジャグリング練習会 (メンバー企画)	

\*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は対応できません。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。  
★マークがついているプログラムはメンバー企画になります！/\*プログラムは都合により急遽変更・中止になることもありますのでご了承ください。

# みらいのコーナー

3/15(金)13:30~

## 映画クラブ

3/15(金)13:30~は映画クラブです!  
2009年作、俳優の堺雅人主演の Comedy 映画「南極料理人」を上映します♪

【あらすじ】  
元海上保安官・西村淳のエッセイが原作。  
南極観測隊員の料理人として派遣されることになった西村。  
非日常の環境で、学者、大学院生、医師などの個性的なメンバーが  
繰り広げるクスツと笑える日常を描くほのぼのの Comedy



3/23(土)13:30~15:30

## 家族茶話会

3/23(土)13:30~は家族茶話会を行います。  
家族茶話会は、ご家族の方が集まり、家族同士で日頃の悩みや相談、今後についての話をする機会です。

家族茶話会に参加できるのは、当事者のご家族のみです。利用者さんは参加できません。  
また、家族茶話会を行っている時間は、地域活動支援センターを利用する利用者さんには、**過ごす場所を職員が指定させていただきます**大変申し訳ありませんが、ご協力よろしくお願ひします。

## ★メンバー企画のお知らせ

みらいでは、様々なメンバー企画が行われています。  
予定表には載っていないものもありますが、興味のある方は、ホワイトボード(メンバー企画)を確認の上、是非参加をしてみてください!



# みらい食堂



「調理実習」がリニューアル! 今後は「みらい食堂」を開催します!  
「みらい食堂」は、利用者さんも、ボランティアさんも、職員も、  
同じテーブルに座り、同じ昼食を食べ、同じ時間を過ごしましょう  
という考えのプログラムです。

料理を作りたい人、料理を教わりたい人、食事のみ皆と一緒に食べたい人  
参加理由は十人十色でOKです!

ぜひ「みらい食堂」に参加してみませんか?



※参加費は、調理から参加する方 →300円  
食事のみの参加の方 →400円 となっています。  
締切日以降のキャンセルは参加費の返金ができまませんのでご注意ください!

## 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つけております。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3月8日(金)です。お気軽にお問合せ下さい。

## 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  
「小黑三丁目南部体育館入口」下車徒歩3分  
みなみ線  
「小黑二丁目東」下車徒歩5分

ホームページ: <https://mirai-shien.net/>

気軽に  
見学にい  
ら



おさだ〜らちゃん