

2019年 静岡市支援センター みらい 5月の予定



日	月	火	水	木	金	土
休館日	4月28日(日)～5月6日(月)まで 休館となりますのでご注意ください		1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 休館日
5 休館日	6 休館日	7 14:00～15:00 レク&ゲーム (ポッチャ) 	8	9 14:00～15:00 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ょう 	10 9:00～11:00 職員ミーティング 14:00～ 園芸 13:00～15:00 アルコール依存相談 (事前予約制) 	11 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
12 休館日	13 10:00～ みらい食堂 申込〆切5/10(金)12:00まで 参加費 調理する人 300円 食事だけの人 400円 	14	15 10:30～ みんなの体操 ラジオ体操 	16 14:00～ ♪ピアノカルチャー♪ 皆で楽器を演奏しよう! 	17 14:00～15:00 レク&ゲーム (卓球) 室内履きが必要になります。 飲み物持参での参加をお願いします。 	18 13:30～15:30 映画クラブ(みらいシアター) リクエスト作品です♪ 「未来のミライ」
19 休館日	20 10:30～ みんなの体操 ラジオ体操 	21	22 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♪ 	23 14:00～15:00 リラックスヨガ ※予約制先着7名 	24 9:00～11:00 職員ミーティング 14:00～15:00 歌会 ～俳句・川柳・短歌など～ 13:30～15:00 無料法律相談(事前予約制) 	25 ★14:00～ ジャグリング練習会 (メンバー企画)
26 休館日	27 14:00～15:00 楽しい絵手紙 	28 14:00～ のほほんスペース みらいピア 	29	30 14:00～15:00 創作工房 健康祭の作品を作ろう! 	31	

*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

5/16(木) ♪ピアノ/カルチャー♪

5月16日(木)14時から、
新しいプログラム「♪ピアノカルチャー♪」がスタートします!
※参加費無料の事前予約制です※

「ピアノを弾いてみたいけどやったことないなあ…」
「楽譜の読み方がわからないよ……」

そんな方々に、ピアノに触れてもらうプログラムになります。
初心者大歓迎!!見学だけでもOKです!
是非お気軽にご参加ください☆



5/9(木) 行事ミーティング

5月9日(木)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。
また今回は、7月6日(土)に南部保健福祉センターで行われる「健康祭」についてのお知らせや、新しいプログラムについてのお知らせもありますので、是非皆さん参加してください!!

5/13(月) みらい食堂



5月13日(月)はみらい食堂です!今回のメインメニューは餃子!!
参加費用は、**食事から参加の方300円、食事のみの方400円**となります。
申し込みの**締切は、「5月10日(金)12時まで」**です!時間厳守でお願いいたします!
また、**締切以降のキャンセルは参加費の返金ができませんのでご注意ください!**
皆と一緒に美味しい餃子を作って食べましょう!!



6/26(木) 歯科健診のお知らせ

6月26日(木)に行われる歯科健診のお知らせです。

歯科医師をお招きして歯の健診を行います。痛いことは何もしません!
口をお〜きくあけて、悪い所がないかチェックしてもらってください☆



歯が悪くなると、糖尿病、がん、肺炎、心筋梗塞のリスクが高まることが分かってきています。

身体の健康のためにも、ぜひこの機会に歯科健診に参加してみませんか?

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5月10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

ホームページ: <https://mirai-shien.net/>

お気軽に見学にい
らしてください☆

おさだ〜らちゃん

