



みらい 6月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
休館日	<p>プログラムによっては、持ち物が必要な場合があります。 レク&ゲームなどの運動プログラムや、外出するプログラムの場合は、 飲み物（水筒やペットボトル）を持参してください。 また、体育館を使うプログラムは室内履きが必要になります。 園芸や散歩など、外に出るプログラムの場合は帽子を持参してください。 持ち物を持ってきていない場合プログラムに参加できない場合もありますのでご注意ください。</p>					1
休館日	<p>3 10:00~ みらい食堂 申込切5/31(金)12:00まで 参加費 調理する人 300円 食事だけの人 400円</p>	<p>4 14:00~ 園芸 </p>	<p>5</p>	<p>6</p>	<p>7 9:00~11:00 職員ミーティング 14:00~15:00 創作工房 健康祭の作品を作ろう!</p>	<p>8 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</p>
休館日	<p>9 10</p>	<p>11 14:00~15:00 レク&ゲーム (ペットボトルボウリング) </p>	<p>12 14:00~15:00 ペン&毛筆習字 </p>	<p>13</p>	<p>14 13:00~15:00 アルコール依存相談 (事前予約制)</p>	<p>15 ★14:00~ ジャグリング練習会 (メンバー企画) </p>
休館日	<p>16 17</p>	<p>18 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。</p>	<p>19 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♪</p>	<p>20 14:00~ 園芸 </p>	<p>21 9:00~11:00 職員ミーティング </p>	<p>22 歯科健診申込切日</p>
休館日	<p>23 24 13:30~14:30 楽しい絵手紙 </p>	<p>25 14:00~15:00 リラックスヨガ ※予約制先着7名</p>	<p>26 13:30 歯科健診 (事前申込制) 申込切は22日(土)まで</p>	<p>27 14:00~ ピアノカルチャー 皆でピアノを演奏しよう!</p>	<p>28</p>	<p>29</p>

*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。



6/26(水) 歯科健診

6/26(水)に歯科健診を行います。

歯科医師さんがみらいに来て下さり、皆さんのお口の健康状態をチェックしてくれますよ！！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ただけです☆

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。からだの健康のためにも、ぜひこの機会に健診に参加してみませんか？

歯科健診は事前申込制です。申込〆切は6/22(土)です。



7/6(土) 健康フェアのお知らせ

来月、7/6(土)は、南部保健福祉センターで「健康フェア」が行われます！！

1階・2階で健康チェックコーナーなどの企画が行われるほか、3階のみらいでも、レク&ゲームでおなじみ「ポッチャ」の体験会やパフォーマンス発表会を行います！

現在パフォーマンス発表会の出演者を大募集中です！詳細は、お気軽に職員までお聞きください！

※健康フェア当日は、みらいは通常通り開館していますが、午前中～午後1時すぎまで、みらい施設内も健康フェアに参加しますので、一般の方も来館されます。

上記時間帯は、職員も健康フェアの来館者への対応をいたしますので、この時間の間は、施設内が慌ただしいかと思いますが、ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



みらい将棋DAYのお知らせ

6月から、みらい将棋DAYが始まります！ボランティアの方がいらっしゃって、皆さんと将棋を指していただきます！将棋が好きな方、是非参加しませんか？毎月1回行う予定です。詳しい日時は、みらいでのお知らせを掲示しますので、そちらをご覧ください！

将棋を通して皆で楽しむ時間を持ちましょう！



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6月14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/>

お気軽に見学ください



おさだ～らちゃん