

みらい 11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
休館日	11月15日(金) 13:30~の園芸では、みらいで育てたバジルを食べてみる会になっています。イタリアを代表とする前菜である「カプレーゼ」を作ってみませんか？ 参加費は30円です。申込み切は、11月13日(水) 12:00迄です。キャンセル期限も11月13日(水)です。13日以降のキャンセルは、参加費の返金できませんのでご注意ください。				1	2 自主活動
	11月16日(土)の午前中は、清掃業者が入り、ワックスがけを行うため、清掃作業中はみらいの利用ができません。ご不便おかけしますが、午後からの利用をお願いいたします。				14:00~15:00 絵画&創作工房 水彩画、塗り絵など自由に描きましょう♪	
休館日	4 休館日	5	6 自主活動	7	8 自主活動	9
		10:00~ みらい食堂 申込切11/2(土)12:00まで 参加費 調理する人 300円 食事だけの人 400円		9:00~11:00 職員ミーティング 14:00~ 防災訓練		
休館日	10 11 10:00~ 将棋交流DAY	12	13 自主活動	14	15 13:30~ 園芸	16 午前中
		14:00~15:00 歌会 ~俳句・川柳・短歌など~		13:30~ 歯科保健活動 歯・口の健康に関するお話 11月12日まで に申し込みをして下さい。 当日参加も可能ですが、基本事前 申込者が優先となります。 交流室のTV前を使用します。ご了承下さい		
休館日	17 18 13:30~15:30 映画クラブ(みらいシアター)	19 自主活動	20 自主活動	21 10:40出発 ハートフルアート展へ 行こう!	22 14:50~16:30 レク&ゲーム (バドミントン) 室内履きが必要になります。	23 休館日
休館日	24 25 13:30~14:30 楽しい絵手紙	26 14:50~16:30 レク&ゲーム (ソフトバレーボール) 室内履きが必要になります。	27 13:30~15:00 無料法律相談(事前予約制) 14:00~15:00 リラクソヨガ ※予約制先着7名	28 16:30~ 職員ミーティング 14:00~ ピアノカルチャー 皆でピアノを演奏しよう! ※予約制先着5名	29 自主活動	30 ★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。
 ★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



11/7(木) 防災訓練

11/7(木)14時～にみらいで防災訓練を行います。
 今年は全国各地で大雨や暴風等、自然災害が頻発した年でしたね。
 幸いなことに、みらいの周辺ではあまり大きな被害は見受けられませんでした。いつ、どこで、自分が被災者になるかはわかりません。
 利用者も支援者も関係なく被災者になります。その時のために、みらいでも防災訓練を行います。面倒だなあと思いがちですが、自分の命を守るための訓練です。是非参加してください。



11/21(木) ハートフルアート展に行こう！

11/21(木)にハートフルアート展へ出かけます！
 会場は静岡市民文化会館です。



参加の申込みは、当日の出発前まで。
 参加される方は、10時40分にみらいを出発しますので、10時35分までにみらいに来てください。

☆☆☆

ハートフルアート展へ出展する作品を随時募集しています。
 毎月のプログラムで皆さんが制作した作品を、「ハートフルアート展へ出展してもいいよ！」という方は、是非地活職員まで教えてください！！皆さんの素敵な作品の提供を、心待ちにしております！ ※11月上旬頃まで募集しています

11/14(木) 歯科保健活動

11月14日(木)13:30～より、歯科衛生士さんが歯と口の健康についてお話ししてくれます。
 是非この機会に話を聞いてみませんか？
 参加申し込みは11月12日(火)までをお願いします。



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。
 今回は11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/>

お気軽に見学ごらんなさいませ



おさだ〜らちゃん