



日	月	火	水	木	金	土
休館日	【多目的室・静養室の利用につきまして】 ※コロナウィルスの影響を考慮し、当面、多目的室の利用は一人ずつでの利用をお願いいたします。尚、静養室の利用はご遠慮くださいますようお願い申し上げます。 【マスク着用のお願い】 ※皆さんの健康を守るため、大切な人に感染させないため、みらい内でのマスク着用をよろしくお願いいたします。 ※喫煙につきまして・・・南部保健福祉エリア内（駐車場や駐輪場含む）では、幼児や妊婦の方もいらっしゃいますので、喫煙をしないようお願いいたします。喫煙所におきましては、ツインメッセにありますので、そちらのご利用をお願いいたします。			1 自主活動	2 14:00～ ちょっとそこまでお散歩 ～八幡山にのぼろう～  雨天中止	3 自主活動
4 休館日	5 自主活動	6 14:00～ みんなの体操 ラジオ体操 	7 自主活動	8 14:00～ レク&ゲーム (ポッチャ) 	9 13:00～15:00 アルコール依存相談 (事前予約制)	10 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
11 休館日	12 14:00～ みんなの体操 ラジオ体操 	13 14:00～15:00 リラックスヨガ ※予約制先着4名 	14 自主活動	15 14:00～ みんなの体操 ラジオ体操 	16 14:00～ みらいシエスタ ※予約制先着4名 	17 ★14:00～ ジャグリング練習会 (メンバー企画) 
18 休館日	19 14:00～15:00 レク&ゲーム (卓球) 室内履きが必要になります。 タオル、飲料水ご持参ください。 ※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。	20 10:00～11:00 のほほんピアタイム  14:00～16:00 ※会議で食堂を使う可能性があります。ご了承ください。	21 自主活動	22 14:00～15:00 ほっこりTEATIME  ※予約制先着5名 お茶の飲み比べをしませんか(*～*)	23 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4名 	24 自主活動
25 休館日	26 14:00～15:00 楽しい絵手紙 	27 14:00～15:00 リラックスヨガ ※予約制先着4名 	28 自主活動	29 昭和の日 休館日	30 14:00～ 映画クラブ ペット 	

*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

のほほんピアタイム

4/20(火) 10:00～

4月から毎月1回、テーマを決めて自分のことを語り、みなさんの話を聴く。

話すこと聴くことの心地よさを感じながら、自分のことも少し考えてみるプログラムです。

誰でも話せるように約束にそって進めます。

映画クラブ

ペット



「人間が仕事や学校に出かけている間、動物たちはいったい何をしてその一日を過ごしているのか？」自宅でペットを飼っている人なら、誰でも一度は考えたことがあるに違いない素朴な疑問。その疑問をテーマにしたのが映画『ペット』(2016)です。愛らしいキャラクター、ミニオンで知られる「怪盗グルー」シリーズのクリス・ルノー監督がメガホンを取り、飼い主が留守の間に繰り広げられるペットたちの行動をおもしろくキュートに、そしてバラエティ豊かに描いています。

2016年製作/91分

4/22日(木) 14:00～



予約制 先着5名

4月22日(木)のほっこりTEATIMEでは、お茶の飲み比べをします(#^.^#)
皆さんの参加お待ちしております♪

＜お知らせ＞

「予約制プログラムにつきまして」

キャンセル待ちの方がいらっしゃるプログラムもあります。

お手数ですが、予約したプログラムを、キャンセルされる場合は、

当日の11時までにご連絡下さいますようお願いいたします m()m

アルコール依存相談やっています

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伺います。お気軽にお問合せ下さい。

開催日 4月9日(金)

毎月第2金曜日

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/>」

