



みらい 2月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
休館日		1 14:00~ ポッチャ 	2 14:00~ ペーパークラフト とばせる飛行機を作ろう 	3 14:00~15:00 みらい歌会 ~俳句・川柳・短歌など~ 	4 14:00~ 2月の壁画を 折り紙でつくろう 	5 14:00~ ラジオ体操
6 休館日	7 9:00~ 職員ミーティング	8 14:00~15:00 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、できない可能性があります。 	9 14:00~15:00 スクラッチアート 	10 13:00~15:00 アルコール依存相談 (事前予約制) 	11 休館日	12 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
13 休館日	14 14:00~ つるし雛を作ろう 	15 10:00~11:00 のぼんピアタイム ※午後 食堂は会議で使用します。 	16 14:00~ 太極拳 	17 14:00~ アロマスプレー作り 参加費100円 ※申込時、職員にお支払い下さい。 ※切2月15日(火) 	18 14:00~ みらいシエスタ ※予約制先着4名 	19 ★14:00~ ジャグリング練習会 (メンバー企画)
20 休館日	21 14:00~14:15 いすを使って ストレッチ 	22 14:00~15:00 リラックスヨガ ※予約制先着4名 	23 休館日	24 14:00~15:00 スクラッチアート 	25 14:00~ ボードゲーム 	26 14:00~ ラジオ体操
27 休館日	28 14:00~15:00 楽しい絵手紙 	【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。 【マスク着用お願い】 ※マスク着用も息苦しく、皆さんも大変な時期かと思えます。そのような状況の中大変申し訳ございませんが、皆さんの健康を守り、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。				

*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

1月4日に2022年最初のプログラムとして、八幡神社に皆さんとお参りに行ってきました。お天気がとてもよく、一年の初めにふさわしいすがすがしい気持ちになりました。

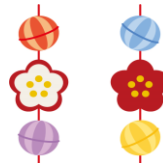
ほかにも1月は、書き初めや、かるた大会、だるまや壁画づくりなど、お正月らしいプログラムが盛りだくさんでした♪



2/14 (月) 14:00~

つるし雛を作ろう

3月のひなまつりに向けて、つるし雛を紙でつくります。みなさんでひとつ作成するので、男性もぜひご参加ください♪



2/16 (水) 14:00~

太極拳

心身の健康に良いとされている太極拳! 10分~15分程度の実施予定です。職員も初心者なので、経験者さんいましたら教えてください!



2/17 (木) 14:00~

アロマスプレーを作ろう♪

お好みの香りのアロマスプレーを作ります。いい香りでリラックスできますよ♪簡単にできますので、みなさんで楽しみながら作りましょう。

参加費100円 申込時に職員までお渡し下さい。×切2月15日(火)



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いますが、**今月は祝日の為10日(木)に開催となります。**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 2月10日(木)

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/>」