

2022年

静岡市支援センター

みらい 1月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
1日(土)~3日(月) 休館日		4 13:30~ 八幡山神社に 初詣に行こう 	5 14:00~ 新春書初め 	6 14:00~15:00 かるた大会 優勝者には ささやかな 景品があるかも? 	7 14:00~ 1月の壁画を 折り紙でつくろう 	8 14:00~15:30 リボンの会 (re-born) 場所: 多目的室
9 休館日	10 休館日	11 14:00~15:00 リラックスヨガ ※予約制先着4名 	12 14:00~ 新聞紙で だるまをつくろう 	13 9:00~ 職員ミーティング 14:00~15:00 スクラッチアート 	14 13:00~15:00 アルコール依存相談 (事前予約制) 	15 ★14:00~ ジャグリング練習会 (メンバー企画)
16 休館日	17 14:00~ 羊毛フェルト 今回は石に 羊毛を巻き付け ペーパーウェイトを 作ります。 	18 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。 	19 14:00~14:15 いすを使って ストレッチ 	20 14:00~15:00 ポッチャ 	21 14:00~ ペーパークラフト 男性向け、女性向け 様々ご用意あります♪ 	22 14:00~ みんなの体操 ラジオ体操
23 休館日	24 14:00~15:00 楽しい絵手紙 	25 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 能性もあります。 	26 13:30~ 無料法律相談 14:00~ 園芸 	27 14:00~ みらいシエスタ ※予約制先着4名 	28 14:00~15:00 スクラッチアート 	29 14:00~ ボードゲーム
30 休館日	31 14:00~ みんなの体操 ラジオ体操 	<p>【多目的室・静養室の利用につきまして】</p> <p>※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。</p> <p>【マスク着用お願い】</p> <p>※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。</p>				

※12月29日~1月3日までは休館となります。ご注意ください。

*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に対応できません。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

12月はクリスマス盛りだくさんでした♪

プログラムでクリスマスツリーの壁画や毛糸でオーナメントを作ったり、みらいの中を飾りつけてとても賑やかになりました。

クリスマス会ではジャグリングのオープニングから始まり、ピンゴ大会を行いました。新型コロナウイルスの影響で人数制限をしてお催しでしたが、とても楽しい会となりました♪

年末にはみなさんで大掃除を行い、みらいの中がピカピカになりました。

2022年もみなさんで楽しい思い出を作って行けたらいいなと思います♪



八幡神社に初詣に行こう 1/4 (火) 13:30~

みらい近くの八幡神社を参拝します。
今年一年みなさんが健やかにすごせますように♪



書初め 1/5 (水) 14:00~

新春の想いや、その日の気持ち等何でもいいです。
自由に書き初めしましょう！



新聞紙でだるまづくり 1/12 (水) 14:00~

新聞紙とお花紙で簡単にだるまさんが作れます。
だるまさんは縁起物！みらいで作って、おうちに飾りましょう♪



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 1月14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/>」