

みらい 7月の予定表



日	月	火	水	木	金	土	
<p>【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。</p> <p>※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。</p>						<p>1 10:00～ 職員会議 14:00～ 楽しい絵手紙</p>	<p>2 14:00～ ボードゲーム</p>
3	4	5	6	7	8	9	
<p>休館日</p>	<p>14:00～ スクラッチアート</p>	<p>14:00～ リラックスヨガ ※予約先着4名</p>	<p>13:30～ 歯科保健活動</p> <p>参加される方は問診票をお渡ししますので、予約後、職員にお声がけください♪</p>	<p>14:00～ 7月の壁画を作ろう</p>	<p>13:00～15:00 アルコール依存相談 (事前予約制)</p>	<p>14:00～15:30 りぼんの会(re-born) ※摂食障害本人の会となります。</p>	
10	11	12	13	14	15	16	
<p>休館日</p>	<p>14:00～ 折り染めで うちわを作ろう</p>	<p>10:00～ 職員会議 14:00～ みらいシエスタ ※予約先着4名 ストレッチしたあと、横になって休みます</p>	<p>14:00～ スクラッチアート</p>	<p>14:00～ 卓球</p> <p>⚠ 室内用運動靴が必要です ⚠ 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があります。</p>	<p>14:00～ ペン習字</p>	<p>14:00～ ラジオ体操</p>	
17	18	19	20	21	22	23	
<p>休館日</p>	<p>海の日 休館日</p>	<p>10:00～11:00 のぼんピアタイム</p> <p>※午前午後、食堂を使用します。</p>	<p>12:00～ 美術館に行こう！ ※詳細は裏面へ</p> <p>13:30～ 無料法律相談 7/15予約〆切</p>	<p>14:00～ 自分のトリセツを作ろう</p> <p>不調のサインを整理して、元気になる為のプランを考えます</p>	<p>14:00～ リラックスヨガ ※予約先着4名</p>	<p>14:00～ ラジオ体操</p>	
24/31	25	26	27	28	29	30	
<p>休館日</p>	<p>14:00～ ボードゲーム</p>	<p>14:00～ ポッチャ</p>	<p>10:00～ 園芸</p> <p>帽子、水分持参ください。 雨天中止</p>	<p>14:00～ みらい歌会 ～俳句・川柳・短歌など～</p>	<p>★14:00～ 楽しい絵を描こう (メンバー企画)</p>	<p>14:00～ ラジオ体操</p>	

*予定表に記載なく会議などで食堂を使用し、食堂への入室をご遠慮いただく場合がございます。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

★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

6月は

席のレイアウトを変えてみました。より快適にみなさんがお過ごし頂けるよう、窓際の見晴らしのいい場所におひとり様席を設けました。ぜひ、利用してみてくださいね。

プログラムでは、毎回好評のアロマクラフトで石鹸を作りました。好きな香りと色を選んで、好みの石鹸が完成～！とっても癒しの時間でした。

また、みらい近隣であじさいを探しに散歩をしました♪今まで気づかなかった穴場を見つけることができたので、また来年も行ってみようと思います♪工作や、絵手紙の題材にもして、あじさい尽くしの月となりました☺



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 7月8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/>」

オススメ!

7/1 (金) 14:00~

折り染めでうちわを作ろう

半紙をたたんで絵の具液にひたしておりぞめを作ります。出てくる柄は開くまでお楽しみ♪オリジナルのうちわを作りましょう!



7/6 (水) 13:30~

歯科保健活動

去年にひきつづき、歯と口の健康についての勉強会を行うことになりました! 交流室のTV前にて映画の説明になる予定です。自分の歯で気になることがあれば、歯科衛生士さんに質問・相談することもできます。

参加される方は問診票をお渡ししますので、予約後、職員にお声がけください!



7/20 (水) 12:00~

県立美術館に行こう!



秦漢文明を感じにいきませんか? 入場料1500円、交通費往復540円 手帳をお持ちの方は、入場料無料、交通費は半額になりますので、忘れずにご持参ください。バスの本数が少ないので、集合時間は厳守でお願いします。

新型コロナウイルス対策のため、ソーシャルディスタンスの確保、マスクの着用、手指の消毒にご協力をお願いします。予約先着6名まで、7/16(土)〆切です。詳細は職員にお問い合わせください!

