



2025 ちいきかつどうしえん 地域活動支援センターラム活動予定

☆ご自身の体調や状況にあわせてご参加ください。

がつ
MONTHS

【当事者・ボランティア等の活動のお知らせ】
○ピアサポートみなと
障がいをもつ当事者とその家族・地域住民がボランティアグループです。
毎月第2土曜日 14:00からプラットおおむら館内で実施されます。
○シャドーズ（ミニテニス）
まいつき3かいでいど/すいようび 毎月3回程度/水曜日 14:00～16:00/月会費300円
場所：シーハットおおむらの体育館で実施。
館内シューズ及び活動しやすい服装・水分・タオル等を準備ください。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			今年もみなさんにとって 良い年になりますように♪ 講座でおまちしております☆			
5	6	7	8	9	10	11
	パソコン教室 13:30～15:30 4階講座室	要予約 はじめの一步(初詣) 9:30～12:00 富松神社	フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2 ハトメイト教室 13:30～15:30 4階大会議室B		
12	13	14	15	16	17	18
せいじんのひ 成人の日			音楽サロン 13:30～15:00 4階相談室2	フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2 フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	★ほかほか会★ (フリースペース) ほっこりしましょ♪ フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	
19	20	21	22	23	24	25
	パソコン教室 13:30～15:30 4階大会議室B	フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2		ハトメイト教室 13:30～15:30 4階講座室	フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2	
26	27	28	29	30	31	
	フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	音楽サロン(カラオケ) 13:30～15:00 6階和室大		フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2 フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	要予約 元気体操 13:30～14:30 4階大会議室B	

要予約

【はじめの一步】

～初詣・七草粥～

7日(火)

時間：9:30～12:00

場所：富松神社

※集合時間9:30

現地集合、現地解散

★雨天中止★

七草がゆを食べて

無病息災を願いましょ♪

申込みは1/6(月)まで

要予約

【元気体操】

31日(金)

時間：13:30～14:30

場所：4階大会議室B

講師：「げんき届け隊」峰ひとみ先生

動きやすい服装、飲み物の

準備をお願いします。

申込みは1/24(金)まで



ホームページ

ツイッター



ライン

インスタグラム

ちいき かつどう しえん
地域活動支援センターラム
Tel(52)0690

(52)9974

担当：芦塚・岩永