

地域活動支援センターラム活動予定表



がつ
月

2025



☆ご自身の体調や状況にあわせてご参加ください。

【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）

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・タオル等をご準備ください。

日	月	火	水	木	金	土
					1 フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	2
3	4 	5 フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2	6 	7 	8 要予約 スマホ教室 14:00～15:00 6階小会議室3	9
10	11 やまの 山の白 	12 	13 	14 	15 フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2 音楽サロン 13:30～15:00 4階相談室2	16
17	18 パソコン教室 13:30～15:30 4階講座室	19 フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2	20	21 フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2 ハドメイト教室 13:30～15:30 4階講座室	22 フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	23
24 31	25 	26 要予約 シャーベット作りや ゲームをして残暑をのりきろう はじめての一步 13:30～15:30 5階中会議室	27 音楽サロン 13:30～15:00 6階和室大	28 フリースペース 13:30～15:00 4階相談室2	29 フリースペース 10:00～11:30 4階相談室2	30

定員 10名程度 要予約

【はじめての一步】
～残暑をのりきろう～
26日（火）
時間：13:30～15:30
場所：5階中会議室
シャーベット作りやゲームをして
景品をゲットしよう♪
※参加費100円
申込みは8/15（金）まで

定員 10名 要予約

【スマホ教室】
8日（金）
時間：14:00～15:00
場所：6階小会議室3
便利なアプリの紹介や
スマホの困りごと
解決しましょう♪
申込みは8/1（金）まで



Instagram ライン

社協SNSをチェック
してみてください



地域活動支援センターラム
Tel(52)0690/(52)9974
担当:松尾・岩永