

2025



9

がつ
月

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

かつ どう よ て い

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

たん どう ま つ お い わ な が
担当:松尾・岩永

☆ご自身の体調や状況にあわせてご参加ください。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	4 	5 フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2	6
	パソコン教室 13:30~15:30 4階大会議室B			ハドメイト教室 13:30~15:30 4階大会議室B		
7	8 	9 要予約 くらし講座 『音楽鑑賞会』 二胡演奏 13:30~14:30 6階講座室1	10 フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2	11 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	12 	13
14	15 敬老の日	16 	17 フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2	18 ハドメイト教室 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 フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2	20
21	22 パソコン教室 13:30~15:30 4階大会議室B	23 秋分の日	24 要予約 らくらく体操 13:30~14:30 4階大会議室B	25 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	26 	27
28	29 	30 音楽サロン 13:30~15:00 6階和室大	 【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・地域住民の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。			

【くらし講座】

要予約

音楽鑑賞会

～二胡演奏～

9日（火）

時間 13:30~14:30

場所 6階講座室1

「二胡ユニットつきあかり」さん
を迎え中国の伝統楽器二胡を
演奏していただきます♪

申込みは9/2（火）まで

【らくらく体操】

要予約

24日（水）

時間 13:30~14:30

場所 4階大会議室B

講師 牧野みどり先生

明るくキュートな先生と一緒に
ストレッチ&レッツダンス♪

動きやすい服装

飲み物を準備ください。

申込みは9/17（水）まで

登録おねがいします♪



ホームページ



X(旧ツイッター)



ライン



インスタグラム

