

地域活動支援センターラム活動予定表

2026



☆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）

まいき3かいでいどすりうり 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。

館内シユ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。

地域活動支援センターラム
担当:松尾・岩永

日	月	火	水	木	金	土
	大村社会福祉協議会HP 	活動予定表の案内 	大村社会福祉協議会 インスタグラム 	1 happy new year!! 2026 	2 あけまして おめでとうございます！ 今年も地活をよろしく お願ひいたします	3
4	5 パソコン教室 13:30~15:30 4階講座室	6 要予約 はじめの一歩 13:30~15:30 ～初詣～	7 フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2	8 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	9 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	10
11	12 成人の日 	13 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	14 音楽サロン 13:30~15:00 4階相談室2	15 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2 ハンドメイド教室 13:30~15:30 4階講座室	16 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	17
18	19 パソコン教室 13:30~15:30 4階講座室	20 くらし講座（バドミントン） 13:45~16:15 シーハット体育館	21 要予約 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	22 フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2	23 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	24
25	26 	27 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 6階和室大	28 要予約 らくらく体操 13:30~14:30 4階大会講室B	29 ハンドメイド教室 13:30~15:30 4階大会講室B	30 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2 	31

要予約※定員10名程度

【はじめの一歩】
～初詣に龍神社へ行こう～

(大村ボート場そば)

6日(火)

時間：13:30~15:30
集合場所：大村市役所正面玄関
※雨天中止・現地集合・解散

パワースポットとして知られている
神社で1年の健康を願い、スターバックス
コーヒーで冷えた体を温め1年の
抱負を語り合いましょう♪

※お守り、おみくじは置いておりません

申込みは1/5（月）まで

【くらし講座】
～バドミントン～
21日(水)

時間：13:45~16:15
集合場所：シーハット
おおむらたいいくかんまえ
大村体育館前

室内靴、飲み物、タオルの準備を
お願いします。
※靴がない方はご相談ください。

申込みは1/14（水）まで

【らくらく体操】
28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1/21（水）まで