

2026

2月

## 地域活動支援センターラム活動予定表

☆ご自身の体調や状況にあわせてご参加ください。

ちいさなかつどうしょん  
地域活動支援センターラム

TEL(52)0690/(52)9974

担当:松尾・岩永

日	月	火	水	木	金	土
1	2 	3	4 	5 	6 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2 	7
	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		ハンドメイド教室 13:30~15:30 4階講座室		
8	9 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	10 	11 けんこくねんび 建国記念日 	12 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	13 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2 	14
	フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2			音楽サロン 13:30~15:00 4階相談室2		
15	16 	17	18 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2 	19 	20  要予約	21
	パソコン教室 13:30~15:30 4階大会議室B		要予約 くらし講座(体幹) 13:30~14:30 4階大会議室B	ハンドメイド教室 13:30~15:30 4階講座室	スマホ教室 14:00~15:00 6階小会議室4	
22	23 てんのうたんじょうび 天皇誕生日 	24 	25 	26 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	27 	28
	音楽サロン 13:30~15:00 6階和室大				フリースペース 13:30~15:00 4階相談室2	



要予約

【くらし講座】  
～体幹トレーニング～  
18日(水)

時間：13:30~14:30  
場所：4階大会議室B  
講師：朝長健太先生

教室はいつも大盛況！  
人気講師がやってきます(\*'艸')  
動きやすい服装  
飲み物のご準備お願いします。

申込みは2/12(木)まで

要予約

【スマホ教室】  
20日(金)

時間：14:00~15:00  
場所：6階小会議室4  
講師：犬木舞先生

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2/13(金)まで

【当事者・ボランティア等の活動のお知らせ】

○ピアサポートみなど

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実施されます。

○シャドーディ(ミニテニス)

まいづり3かいでい／すいようび 每月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。

かんないしゅーすおよびかつら 館内シミュレーション等をご準備ください。

ふくそう すいぶん たおるなど こじゅんび

大村社会福祉協議会HP

活動予定表の案内

LINE

大村社会福祉協議会  
インスタグラム