

11月

2026 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。

地域活動支援センターラム
Tel.(52)0690/(52)9974

担当:岩永・山口

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日 	4 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	5 ハドメイト教室 13:30~15:30 6階小会議室4	6 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2 	7
8	9 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	10 音楽サロン 13:30~15:00 4階相談室2	11 要予約 簡単クック 10:00~13:00 こどもセンター調理室	12 	13 要予約 はじめの一步 ~軍艦島デジタル ミュージアムへ出かけよう~ 8:45~16:30	14
15	16 パソコン教室 13:30~15:30 4階大会議室B	17 フリースペース 10:00~11:30 4階相談室2	18 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	19 ハドメイト教室 13:30~15:30 4階講座室	20 	21
22 	23 勤労感謝の日	24 	25 要予約 らんらんtime 10:00~11:30 6階和室大 お部屋で ボウリング(^_^)	26 音楽サロン 13:30~15:00 6階和室大	27 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	28
29	30 	活動予定表の案内 LINE  LINE 大村社会福祉協議会 Instagram  Instagram 【当事者・ボランティア等の活動のお知らせ】 〇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の体育館で実施されます。 〇シャドーズ（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。				

要予約

要予約

要予約

【簡単クック】
11日（水）
定員 8名
時間：10:00~13:00
場所：子どもセンター2階調理室
準備：エプロン・マスク・三角巾
米1合・材料費300円
家でも実践しやすい簡単な料理を
楽しく作りましょう(^_^)
申込みは 11/4（水）まで

【はじめの一步】
~軍艦島デジタルミュージアムへ
でかけよう~
定員 10名程度
13日（金）
時間：8:45~16:30
※手帳をお持ちの方は入館料、交通費
割引があります。詳細内容は予約さ
れた方へ後日ご案内いたします。
※より多くの利用者の皆様に外出の機会
を提供するため、定員を超えた予約があ
った場合は参加回数の少ない方を優先し
て決定させていただきますのでご理解と
ご協力をお願いします。
申込みは 10/30（金）まで

【らんらん time】
25日（水）
時間：10:00~11:30
場所：6階和室大
講師：朝長健太先生
前半は『ボウリング』で軽く体を
ほぐし、後半は朝長講師と楽しく
体を動かしましょう☆
動きやすい服装・飲み物のご準備を
お願いします。
申込みは 11/24（火）まで