

## ★プログラムの詳細

『ヒーリングライツ』	火曜日・15:00~17:00	6日、13日、20日、27日	場所、センターこまつがわ交流室
※火曜日は練習日ですが、見学大歓迎！！どなたでも参加できます♪			
『事業所交流スポーツ』	金曜日・13:00~16:00	※センターこまつがわを12:45出発	送迎車希望の方、抽選は1時間前(12:00)です。
場所、ソフトバレー、バドミントン(中平井コミュニティ会館)	テニス(東墨田テニスコート)		
2日/ソフトバレー	9日/バドミントン	16日/ソフトバレー	30日/テニス
『あとリエ』	第2, 第3 金曜日・第1, 第3 土曜日	14:00~	3日、9日、16日、17日
場所、センターこまつがわ交流室			
『地域交流バレー』	毎週水曜日・金曜日	18:00~20:30	(21日は、18:30からです。)
場所、中平井コミュニティ会館			
※センターこまつがわを17:45出発 送迎車希望の方、抽選は1時間前(17:00)です。			
『ゆるおと』	○28日/18:00~20:00	場所、センターこまつがわ交流室	
『地域交流の日』	場所、センターこまつがわ交流室		
○10日/11:00~・ヨガ	○10日/13:00~16:00・ひーちゃんネイル		

## ★お知らせ★

毎月1回水曜日に交流室で、こまつがわ茶話会(ミーティング)を行っています！ 興味がある方、どなたでも参加できますよ。参加してみませんか？

### ★なぜミーティングをやることになったのか？

こまつがわでは、セルフヘルプの一貫としてミーティングを進めています。

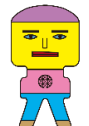
### ★ミーティングでは、どんな話をするのか？

こまつがわで行われるランチ会・祝日開所のイベント・サークル活動等、いろいろな話し合いがされます。

### ★これまでミーティングで話し合った結果で決まったことの例。

美化活動・カラオケプログラム・あとリエの環境整備・ガーデニング管理等、ミーティングで決定されました。

◎ミーティングで決まったことは掲示板で告知しているので、就労などで参加できない方はぜひ確認してみてください♪



社会福祉法人ひらいらレミナル  
地域活動支援センターこまつがわ  
〒132-0034 江戸川区小松川2-9-2 1階

