

## ★プログラムの詳細

『ヒーリングライツ』 火曜日・15:00~17:00 4日、11日、18日、25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(中平井コミュニティ会館) バドミントン(松島コミュニティ会館) テニス(東墨田テニスコート)  
7日/テニス 14日/ソフトバレー 21日/ソフトバレー 28日/バドミントン

『あとりえ』 第2, 第4 金曜日・第1, 第3 土曜日 14:00~ 1日、7日、15日、21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 (19日はお休みです。)  
※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。  
場所、中平井コミュニティ会館

『地域交流の日』 場所、センターこまつがわ交流室  
○ 8日/11:00~・ヨガ ○ 8日/13:00~16:00・ひーちゃんネイル ○ 29日/14:00~16:00・ヒーリングライツ(歌会) ○ 29日/12:00~・ランチ会

## ★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・あとりえの環境整備・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

