

★プログラムの詳細時間★

『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

- ・3日 パターゴルフ（堅川河川敷公園） *送迎あり
- ・10日 ソフトバレー（中平井コミュニティ会館）*送迎あり
- ・17日 フットサル（江戸川区総合体育館） *送迎あり
- ・24日 野球（大島小松川公園） *送迎あり

『地域交流の日』場所：センターこまつがわ交流室

- 地域交流卓球：1日、8日、15日、22日、29日 13:00～
（参加者がいない場合は実施しません）
- お花見『小松川千本桜を観に行こう！』：4日 11:00にセンターこまつがわを出発
- 茶話会：8日14:00～
- 初心者麻雀：11日15:00～
- ゆるおと（仮）：18日14:00～
- 歌会：26日 14:00～

『ヒーリングライツ』金曜日 14:30～16:30

3日、10日、24日

場所:センターこまつがわ交流室

※見学大歓迎！！どなたでも参加できます♪

『あとリエ』金曜日、土曜日 14:00～

4日、10日、18日、24日

場所:センターこまつがわ交流室

※見学・体験大歓迎！！どなたでも参加できます♪

『ゆるおと』 18日14:00～

ヒーリングライツのメンバーと共に、一緒に音楽を楽しみ、歌い、仲間作りから始める「ゆるい」プログラムです。

お喋りしたり、好きな歌を歌ったり、楽器演奏したい方は自分の楽器で参加も大歓迎です。音楽を通して自分を表現してみませんか。見学だけでもOKです。皆様のご参加お待ちしております！

★茶話会★

毎月1回、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？

8日(水) 14:00～開催予定です。

★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。

◎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♪

★お知らせ★

皆さんからいただいた意見を元に、バレーに限らず交流できる場所、夕方における居場所を確保し、一人ひとりの体調の安定のための活動を4月よりスタートします。まずは4/24(金)17時～19時にこまつがわを開所し、「卓球・ポッチャ」のスポーツ交流の場を設けます。よろしければご参加下さい。



社会福祉法人ひらいろレミナル
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