

1月

令和8年 1月プログラム

地域活動支援センター ステップ
月～金 9:00～16:00
TEL (089) 925-3277

日	月	火	水	木	金	土
謹賀新年		コミュニケーションスペース 喫茶 ぴあ ランチメニュー・スイーツなどご用意しています 毎週木曜のぞく月曜から金曜まで 10:30～16:00 (15:30オーダーストップ)		1	2 年末年始のお休みは 12/27(土)～1/4(日)です	3
4	5	6 14:00 書き初め	7	8 10:30 バレーサークル 14:00 喫茶メンバー ミーティング	9 14:00 ふまねっと健康教室	10
11	12 成人の日	13 13:30 親の会	14 11:00 もちつき道具準備 ★1	15 10:00～15:00 バレーボール大会 ★2	16 14:00 しゃべり場	17
18	19	20 14:00 語ろう！グループ『自分を安心させる方法』	21 11:00～11:40 マインドフルネスな生活 14:00 もちつき準備 ★1	22 午前～ 新年会 ★1 14:00 ふまねっと健康教室	23 11:00 もちつき道具 片付け ★1	24
25	26 10:30～、14:00～ 創作の時間 ★3	27	28 14:00 ピアサポート相談 ～あなたのお悩みお聞かせください～	29	30	31

●プログラムは急遽変更もしくは中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。

- ★1 1/22(木)『新年会』「もちつき」と「ステップメンバーによるミニ生歌ライブ」を行います。予約制です。詳細は、ステップ内の案内をご覧ください。
1/14(水)杵、臼、もちつき機の清掃など 1/21(水)もち米の準備、買い出し 1/23(金)杵、臼、もちつき機の清掃、片付けなど
- ★2 1/15(木)『バレーボール大会』ステップ☆スターの選手が、愛媛県障がい者スポーツ大会(精神障がい者バレーボール競技)に出場します。
愛媛県身体障がい者福祉センター(道後町)にて開催されます。応援に行きたい方は、スタッフにご相談ください。
- ★3 1/26(月)『創作の時間』ぬりえ、コラージュ、今年の抱負カード作りなど、行います。

