



2月

令和8年 2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
1	2	3	4 10:30～、14:30～ 創作の時間	5 13:00 バレーミーティング ★1 14:00 バレーサークル	6 14:00 集まれ！ 「私のおすすめレシピ」	7 
8	9	10 13:30 親の会	11 建国記念 日	12 14:00 自転車の乗り方 どうなるの？ ★2	13 14:00 ふまねっと健康教室	14
15	16 11:00 スポーツ	17	18 14:00 ステップミーティング ★3	19 10:30 カラオケ	20 13:30～15:30 e-スポーツ大会 ★4	21
22	23 天皇誕生日 	24 14:00 ピアサポート相談 ～あなたのお悩みお聞かせ下さい～	25 14:00～14:40 マインドフルネスな生活	26 14:00 ふまねっと健康教室	27	28
				コミュニティースペース 喫茶 ぴあ  ランチメニュー やスイーツなどご用意しています 毎週木曜を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)		

●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 2/5(木)『バレーミーティング』1/15の大会を振り返り、今後の活動についても話してみましょう。ミーティングの後、練習をします。

★2 2/12(木)『自転車の乗り方 どうなるの？』4/1からの法改正に伴う自転車の乗り方について、松山東署交通第一課の方がお話しに来られます。

★3 2/18(水)『ステップミーティング』ステップでやってみたいことはありますか？みんなで話し合いましょう。

★4 2/20(金)『e-スポーツ大会』松山記念病院内でのe-スポーツ大会です。いろいろなゲームができるブースやイベントがあります。

詳しくは、ステップ内の案内をご覧ください。