



令和8年 10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
インフルエンザ予防接種が始まります 当法人の感染対策として、利用者の方にワクチン接種日を設けております。ステップ利用者は接種料金に割引があります。詳しくは、ステップ職員にお尋ねください。				1 14:00 喫茶メンバーミーティング 	2 	3 
4	5 	6 14:00 シャベリ場  	7 地方祭 	8 10:30～、14:00～ ふれあいまつりを準備しよう ★ 1 	9 14:00 ふまねつと健康教室  	10
11	12  スポーツの日	13 13:30 親の会  	14 14:00 創作ワークショップ with 富久ちえりさん ★ 2 	15 午後 秋のエンジョイデー カラオケ ★ 3 	16  14:00 音楽ワークショップ with 中村和憲さん ★ 4 	17
18	19 10:30 スポーツ  	20	21  14:00 創作ワークショップ with 富久ちえりさん ★ 2 	22 14:00 ふまねつと健康教室 	23 10:30～、14:00～ ふれあいまつりを準備しよう ★ 1 	24
25	26	27 11:00～11:40 マインドフルネスな生活  	28  11:00 語ろう！グループ 『自分を語ろう！』 ★ 5 	29 13:30 バレーサークル 15:00 バレープチミーティング 	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 10/8(木)、10/23(金)『ふれあいまつりを準備しよう』イベントに必要な物を作ったり、チラシを近隣店舗等へ配布します。できることをやってみましょう。
- ★2 10/14(水)、10/21(水)『創作ワークショップ』ふれあいまつりで使用するくす玉を作ります。画家の富久千愛里さんと一緒に創作しましょう。
- ★3 10/15(木)『秋のエンジョイデー カラオケ』カラオケボックスに行くか？松山記念病院内体育館でやるか？メンバーの投票受付中です(投票締切9/30)
- ★4 10/16(金)『音楽ワークショップ』ふれあいまつりで発表する音楽パフォーマンスの練習です。音楽家の中村和憲さんと一緒に楽しみましょう♪
- ★5 10/28(水)『自分を語ろう』ステップメンバーが、自分の経験を語ります。聞くだけでもOKです。午前中の開催です。

