令和7年10月

相談支援センター「さくら」活動予定表

相談支援センターさくらでは、北上市より精神障がい者生活支援事業を受託し、以下の活動を行っております。

憩いの場 … 障がいを持つ方が、ゆっくり仲間と交流するスペースを設けております。
生活訓練 … 生活の質の向上を図り、社会復帰を促進することを目的に、週に2回実施しております。
あおぞら会 … 障がいを持つ方がグループ活動をとおして、生活の安定を図り、生活の幅を広げていくための活動です。
毎月第1、第3金曜日に実施しております。
※利用対象者は、北上市在住の方となります。
※感染予防については、当センターの対応マニュアルにご協力願います。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			憩いの場	憩いの場	あおぞら会 （ミーティング）	休業日
5	6	7	8	9	10	11
休業日	憩いの場	午前 清掃活動 午後 室内ゲーム	憩いの場	憩いの場	午前 創作活動 午後 よろず相談	休業日
12	13	14	15	16	17	18
休業日	休業日	午前 ミーティング 午後 散策	憩いの場	憩いの場	午前 たこ焼き会 午後 映画上映会	休業日
19	20	21	22	23	24	25
休業日	休業日	午前 室内ゲーム 午後 卓球・バドミントン	憩いの場	あおぞら会 (芋煮会)	憩いの場	休業日
26	27	28	29	30	31	
休業日	憩いの場	午前 健康教室 午後 カラオケ	憩いの場	憩いの場	盛岡駅散策	

…生活訓練活動日　…あおぞら会活動日　…前日までに予約が必要な活動日

～今月の生活訓練・あおぞら会～

○ 生活訓練の活動時間は、**午前は10時～12時　午後は13時30分～16時** です。
○ あおぞら会
前日までに予約をお願いします。詳しい内容は、裏面のあおぞら会のお知らせをご確認ください。

○　21日（火）の卓球・バドミントンは黒沢尻体育館で行います。参加を希望する方は前日までに予約をお願いします。参加者が2名以下の場合は中止します。

○　17日（金）の映画鑑賞会では、リクエストのあった「こんな夜更けにバナナかよ」を鑑賞します。

○　28日（火）のカラオケは、**ライブタウン　パーティーハウス（アメリカンワールド内）**で行います。
集合場所 ： アメリカンワールド内　ライブタウン　パーティーハウス（北上市北鬼柳32地割25-2）
集合時間 ： 13時30分
会費 ： 780円 （2時間パック ドリンクバー　おかし付）
持ち物 ： 障害者手帳
※受付で障害者手帳を提示すると、上記の会費となります。忘れた場合、会費は880円となります。
※予約制ではありませんが、参加者が2名に満たない場合は中止する場合があります。

○　31日（金）盛岡駅散策～　電車で盛岡駅に行き、盛岡駅周辺を散策します。
集合場所：北上駅西口改札前　集合時間：9:45　費用等：1720円（往復の電車代）、昼食代等
北上駅10:06発盛岡駅行きの電車に乗車します。10:55に盛岡駅到着後、盛岡駅周辺を散策します。
盛岡駅発13:59発の電車に乗車し、14:46に北上駅に到着します。到着後北上駅で解散となります。

○　他の日は、サポートセンターさくら　1・2階　憩いの場で行います。予約は不要です。
※参加状況等により、内容の変更、中止となる場合があります。ご了承ください。

～憩いの場について～

○　利用時間は　月曜日～金曜日です。　　第3土曜日　9時30分～17時　です

生活訓練への予約、ご質問等、菊池優紀(0197－63－2039)までお問い合わせください。