

令和6年度キラリ☆えがおの会に

参加しませんか？



～ 鳥取市 西地域（青谷・鹿野・気高）デイケア のご案内～

この会は、仲間と交流したり、いろいろな体験をして住み慣れた地域で安心していきいきと楽しく生活していただくために行っています。そして、参加のみなさんが、ご自分のもっている能力を発揮して、自信を持って暮らせることを願っています。また、家族会等と精神障がいに対する地域の理解を広げる活動もしています。

お気軽に参加してください。

テーマ：仲間と一緒に楽しく活動し、学び合い、心と体を整えよう

月 日	時 間	内 容	会 場
4月 4日(木)	10:00～11:30	お花見(気高トレーニングセンター周辺)	気高保健センター
5月 2日(木)	10:00～11:30	ものづくり	気高保健センター
6月 6日(木)	10:00～11:30	しんどくなったときの対応について考えよう	気高保健センター
7月 4日(木)	10:00～11:30	クッキング(からだにやさしいおやつ作り)	気高保健センター
8月 1日(木)	10:00～11:30	生活習慣について考えよう	気高保健センター
9月 5日(水)	10:00～11:30	ヨガでリラックス♪	気高保健センター
10月 3日(木)	10:00～11:30	ウォーキング・読書会	気高保健センター
11月 7日(木)	10:00～13:00	お口の健康について知ろう🦷	気高保健センター
12月 5日(木)	10:00～11:30	クリスマス会(クッキング)🎄	気高保健センター
1月 9日(木)	10:00～11:30	新年会(1年のふりかえり、ボウリング)	気高保健センター
2月 6日(木)	10:00～11:30	次年度の計画①	気高保健センター
3月 6日(木)	10:00～11:30	次年度の計画②	気高保健センター

*水分補給のため、各自飲料水をご持参ください。

【問い合わせ】

気高町総合支所 市民福祉課 (電話) 30-8674
鹿野町総合支所 市民福祉課 (電話) 30-8684
青谷町総合支所 市民福祉課 (電話) 30-8694

※感染症・気象などの状況により、日程変更または中止する場合があります。