

そんなり通信 vol.144



地域活動支援センターM ネット 広報誌 2022年 3月号
発行者：社会福祉法人 M ネット東遠 地域活動支援センターM ネット
会場：菊川市本所 1407-4 TEL:0537-28-9716

活動報告（実施・参加）

杉森雪奈さん 作品展 季節を感じる作品です

雪奈さん作品展を2月から開催しています。多くの方が足を止め、じっくりと眺めていました。

「絵具で書いているのかな。きれい」「細かい絵だね、すごく上手です」

見ても可愛い、味も美味しい♪

色のついたお砂糖で絵をかきアイシングクッキーづくりをしました。慣れないお砂糖でのデザインにみなさん試行錯誤していました。完成した作品はどれもかわいらしくバレンタインデーにピッタリ。

掛川市さらの手作りクッキーにお砂糖での飾りつけですから、味はとってもおいしかったです。



活動予定（実施・参加）

今月のサロン

プラ板アクセサリーづくり

今、大人の間でプラ板が流行っているを知っていますか？プラスチックの板に絵を描いて熱すると固く縮まります。そんなプラ板でおしゃれなアクセサリー作り。おとなのデザインでヘアゴム、ブローチなどをつくりましょう。



3月8日（火）
3月22日（火）

10:00から15:00まで

のお好きな時間

参加費：50円

持ち物：色ペン、プラバン、アクセサリーの土台はこちらで用意致します。マジックや絵具、ポスカなどお好みの材料がありましたらご持参ください。

コロナ対策のため、少人数で時間をずらして行ないます。

ネイルでおしゃれデー

ネイルアートをネイリストと一緒に楽しみましょう。

※予約制

3月15日(火) 10:00~14:00

『一緒にマニキュアをぬろう』 参加費30円

『ネイリストにおまかせマニキュア』 参加料50円

こころの健康づくり講演

地域活動支援センターMネットでは、菊川市の委託を受けて啓発活動を実施しています。今回で7回目の開催となりました。今日は菊川市立総合病院 精神科診療科長の大城先生を講師に「感情とのつきあい方」というタイトルでお話しいたします。

講師 大城 将也 氏

菊川市立総合病院 精神科 診療科長

今回は You Tube での配信となりました。

チャンネル：地域活動支援センターMネット

配信日：申し込みされた方に連絡致します。

一緒に音楽しませんか

音楽が好きな方がぽつぽつと集まり始め、みんなで演奏しようと盛り上がっています。経験者、初心者問わず、音楽に興味がある方はぜひお立ち寄りください。ちょこちょこ楽器を揃えていこうと計画中。



あれこれトーク会

新年度のプログラムであたなの「やりたい」叶えませんか？みなさんの「こうだったらいいな」を一緒に語りましょう。

3月10日(木)

15:30から (1時間程度)

参加費：無料

持ち物：あなたの思い



おやつ、ドリンクを楽しみながら和やかな雰囲気で行います。

※希望者には送迎いたします。

集まれ！

ダーツ部

3月24日(木) 15:00~16:00

初心者でも気軽に遊べるのがダーツのいいところ。ルールは簡単。誰でも楽しめます。

こころの元気+まつり

地域活動支援センターMネットでオンデマンド配信をみんなで視聴しよう

パート1 私の働くストーリー

仕事の苦勞、職場での配慮、仕事を続ける工夫などの働く生活ストーリーを3人の当事者に語っていただきます。

3月7日(月) 15:30~16:30

パート2 こんなとき、あんなとき…私の打ち手

消えてしまいたい！いっぱいいっぱい！
役割りがなくてつらい！不安マックス！そんなときに、どんな手を打てばよい？4人の当事者に語っていただきます。

3月14日(月) 15:30~16:30