

# 5月 クラブ活動予定表

## ストレッチクラブ



5月12日(土) 10:00~11:00

毎月一回、講師の先生をお呼びして行っています。

持ち物：タオル・室内シューズ  
参加費：100円

## 語らまいか

5月26日(土)  
13:00~14:30

みなんでお菓子を食べながら、いろんな話を話しませんか？  
気軽に参加してください。

## カラオケクラブ

5月 23日(水)  
13:00~14:30



参加費：年度初回のみ100円  
(2回目以降無料)

場所は2階和室です。

アートクラブ  
5月26日(土)  
10:00~11:00

参加費：年度初回のみ100円(2回目以降無料)

紙粘土、水彩画、油絵、絵手紙などの好きな  
ジャンルからやりたいものを選んで、行います。

なにか、楽しみが見つかるかもしれません  
一度、参加してみませんか？



ぴあコン  
5月11日(金)  
13:00~14:30

DC・あじめ・やまびこの合同クラブです。

落ち込んだ時に元気になる方法を探して、自分の  
取り扱い説明書を作りませんか？

## 調理クラブ

5月30日(水)  
10:30~13:30

申込みは29日の12時まで  
に、キャンセル待ちになる事が  
ある為、早めに申し込んでくだ  
さい。

見た目がかわいいオープンサンドを作ります。  
休日にゆったりと食べたいメニューです。  
費用：200円~300円ほど  
持ち物：あれば、エプロンと三角巾



## ピアグループ

5月12日(土)  
13:00~14:30



### ピアメンバーからのメッセージ

先月のピアグループでは予定を変更して、今年の岐阜県リカバリーフォーラムの大会テーマ案をみんなで考えました。話し合いの中では「ゆったり」「気楽に」「元気が出る」「楽しい」「笑顔」などのキーワードが出て、メンバーの大药房で前向きなメッセージが表れていました。中でも「今日も笑顔でリカバリー」はピアグループの活動のテーマになりそうです。今月のメインテーマは未定です。話し合いたいテーマがありましたら何でも持ち寄ってみんなで語り合しましょう。

※送迎が無いと来られない方はスタッフまで前日までに早めにご連絡ください！検討させていただきます。  
バス等を利用し、ご自分で来られる方は、出来る限りご自分でお願いします。