



# 大館市地域活動支援センター

## 令和8年1月活動プログラム予定表



日	月	火	水	木	金	土
1 ✿✿			1 およ 申願 しよ 上げ ます 本年 よし く	1 元日 休館日	2 休館日	3 休館日
4	5	6	7	8	9	10
休館日		きのうアップの日 10:15~11:15	料理教室① 10:15~13:00		きのうアップの日 10:15~11:15	休館日
	音はともだち教室 13:30~15:00	エコクラフト教室 13:30~15:30		リフレッシュ体操教室 13:30~14:30	パソコン教室A 13:30~15:30	
11	12 成人の日 休館日	13	14	15	16	17
休館日		きのうアップの日 10:15~11:15			きのうアップの日 10:15~11:15	開所日 サロン 利用のみ 
	編物教室 13:30~15:30	「思っていることを 上手伝えるコツ」講座 13:30~14:30		パソコン教室B 13:30~15:30	eスポーツの日 13:30~15:30	
18	19	20	21	22	23	24
休館日		きのうアップの日 10:15~11:15	料理教室② 10:15~13:00		きのうアップの日 10:15~11:15	休館日
	音はともだち教室 13:30~15:00	エコクラフト教室 13:30~15:30		スポーツ教室 「カップ」① 13:30~15:00	パソコン教室A 13:30~15:30	
25	26	27	28	29	30	31
休館日		きのうアップの日 10:15~11:15	料理教室③ 10:15~13:00		きのうアップの日 10:15~11:15	休館日
	パソコン教室B 13:30~15:30	編物教室 13:30~15:30		きいて・さわって・ スマホ上達講座 13:30~14:30	映画の日 13:30~15:30	

「障がいのあるかたのサロン」を開所しています。  
ゆっくりくつろげるスペースや、読書・  
インターネットコーナーもあります。  
Nintendo Switchもできます。



開所日・時間：月曜日～金曜日 午前10:00～午後4:00  
※月1回、土曜日開所あり  
休館日：日・祝祭日、年末年始（12/29～1/3）

「きのうアップの日」は、昨日より  
少し身体機能がUP(アップ)できるよう  
に、その日の体調や気分に合わせ、  
ラジオ体操や簡単な体力づくり、  
脳トレ・お散歩など、自分で選んで  
行う事が出来る活動の日です。  
スタンプを集めて“努力賞”をめざして  
みませんか？  
申し込みは不要ですので、いつでも  
参加してください。

## 講座・教室 開催予定 詳細

	①	②	③	④	⑤
教室/講座	料理教室	スポーツ教室 「カップ」 全3回	きいて・さわって・ スマホ上達講座		
開催日	2月の水曜日 2回開催予定	1回目は 1月22日(木) (月1回開催予定)	1月29日(木)		
時間	10:15~13:00	13:30~15:00	13:30~14:30		
場所	大館市総合福祉 センター2F 大館市地域活動 支援センター	大館市総合福祉 センター2F 大館市地域活動 支援センター	大館市総合福祉 センター2F 大館市地域活動 支援センター		
対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳のいずれかをお持ちの方</li> <li>・自立支援医療受給者証（精神通院医療）をお持ちの方</li> <li>・難病（障害者総合支援法の対象となる疾病）の方</li> </ul>				
定員	各回4~5名	12名	10名		
参加料	500円以内 ※ (材料費として)	無料	無料		
持ち物	エプロン・三角巾・ 手ふき用タオル	飲み物を持って、動きや やすい服装で来てください	充電済スマートフォン・ 筆記用具		
参加申込み	1/5(月)~1/20(火)	1/5(月)~1/20(火)	1/5(月)~1/22(木)		

○ 対象者は、いずれも大館市民で在宅の18歳以上の方となります。

○ 利用の際は、マスクの着用にご協力ください。

○ 体調のすぐれない方の来所はご遠慮くださるようお願いします。

※ 材料費を必要とする講座及び、料理教室に申し込まれた方でキャンセル等された場合は、材料費の支払をお願いすることができますのでご了承ください。

### 【利用方法】

各教室・活動及びサロンの利用は登録制となっていますので、利用申請等の手続きが必要です。

詳しくは、職員にお問合せ下さい。お申込み・お問合せ：大館市地域活動支援センターまで。

プログラム予定表は「大館市地域活動支援センターのホームページ」でもご覧になれます。