

みとっばる 便り8月

パルシステム茨城 栃木 みとセンター
発行日: 2023 年 7 月 31 日
発行: みとセンター委員会
発行責任者: センター長 佐藤
問い合わせ先: 0800-800-6648

今後の予定と開催場所

8月 1日(火)	パルの会「お米の食べ比べ」	(みとセンター)
8月 3日(木)	palくらぶ主催いきいき体操	(みとセンター)
8月 7日(月)	親子ヨガ	(茨城県総合福祉会館)
8月 10日(木)	めざせお魚博士	(みとセンター)
8月 18日(金)	顕微鏡とタブレットでプランクトン観察	(みとセンター)
9月 5日(火)	おやこひろば	(みとセンター)
9月 7日(木)	palくらぶ主催いきいき体操	(みとセンター)

第25回通常総代会 開催報告

6月13日(火) ホテルレイクビュー水戸にて第25回通常総代会が開催されました。

当日は総代総数308名のうち294名(実出席88名、委任出席1名、書面出席205名)が出席し、第1号議案から第6号議案まですべて賛成多数で承認されました。



2023年選出の総代立候補受付期間は、9月1日(金) 17時までです。

総代の登録にご協力をお願いいたします。

イベント開催報告

第4回 Baby&Kidsおやこひろば

7月4日(火) みとセンターにておやこひろばを開催しました。今回は4組7名の親子が集まりました。参加者は、初めて参加の方や参加したことのある方など様々です。レイアウトを工夫しながら、おもちゃのエリアを分けることで子どもたちはより自由に安心して遊べるようになりました。絵本の読み聞かせや手遊びなども楽しみながらみんなで楽しく過ごしました。最後に



インフォメーション ひきこもりを考える講演会 ～家族、周囲の人ができることは～

ひきこもりとは、自宅にひきこもることで、就学や就労、家族以外の他人との親密な対人関係を築かない状態が6か月以上続いている状態とされています。様々な理由によりひきこもりの状態にある方は、全国で146万人と言われています。生きづらさを抱える本人が回復するために家族や地域の人ができることは・・・? <申込フォーム>

日時・内容(2回連続講座ですがいずれかの参加も可能です。)

第1回 10月3日(火) 13:30~15:30

ひきこもりってなんだろう? ひきこもりの基礎知識

第2回 10月17日(火) 13:30~16:30 本人・家族の思いを知ろう。

家族・友人・地域の人ができることを考えよう。

終了後、参加者同士の交流会(自由参加)。

講師: 小鷹 美代子氏(認定NPO法人茨城NPOセンター・COMMONS/グッジョブセンターみと センター長)

経験者の親Aさん(てふてふの会~ひきこもりがちな方の家族会~参加者。 10/17 登壇予定)

会場: ワークプラザ勝田 研修室(茨城県ひたちなか市東石川1279)

定員: 30名(参加費無料。応募多数の場合、抽選。詳細は後日ご案内。)

申込締切: 9月15日(金)

この講演会はパルシステム共済連「福祉・たすけあい助成金」の助成を受けて開催します。お預かりした個人情報は本件に関するご案内にのみ使用します。

問い合わせ先 地域活動推進部 0120-303-169(月~金 9:00~17:30)



脳と身体を使ってシナプソロジー講座 楽しみながら脳を活性化させ認知力アップを目指そう！

昨年ご好評いただいた第2弾。「2つの事を同時に行う」「左右で違う動きをする」等、慣れない動きで脳の活性化を図る「シナプソロジー」を体験しませんか？みんなで楽しく認知力アップを目指しましょう。

日 時 9月26日(火)14:00～15:00

会 場 パルシステムみとセンター

住 所 東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1

定 員 30組(動きやすい格好でご参加ください。)

参加費 100円(会場で徴収します)

主催 palくらぶ とともに歩む認知症の会・茨城

申込はこちら
または申込書から



<全イベント共通> 申込締切 8月11日(金)

お問合せ 電話0800-800-6648(月～金9:00～16:00)

- ・応募多数の場合、抽選。詳細は後日案内します。
- ・お預かりした個人情報は本件に関するご案内にのみ使用します。
- ・感染症の拡大により中止、延期、内容変更等生じることがあります。
- ・マスク着用は個人の判断となります。

～Baby&Kids～ おやこひろば

親子で一緒にゆっくり過ごします。絵本の読み聞かせも予定しています。

初めての方、大歓迎！その場でお友だちになりましょう。

出入自由、事前申込不要です。

日 時 9月5日(火)10:00～12:00

会 場 パルシステムみとセンター

(東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1)

参加費 親子一組 100円



美しいからだづくり しなやかストレッチヨガ

知らず知らずのうちに凝り固まったからだを
ゆったりとした呼吸とともに癒しの時間を過ごしませんか。

申込多数のため2日間開催します。

申込時に希望日を入力して下さい。(両日参加は不可)

日 時 9月15日(金)または9月20日(水)10:00～11:30

会 場 パルシステムみとセンター(東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1)

定 員 15名(マタニティクラスではありません。)

参加費 100円(商品サンプルあり)

講 師 カレッジとらいあんぐる 大沢先生



申込はこちら



キ リ ト リ 線

『脳と身体を使ってシナプソロジー講座』申込 ※申込締切 8/11(金)。

組合員番号	
連絡先電話番号	
参加者氏名	