

# 2023年11月

# 筑後サポステ予定表



月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	文化の日	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			
		<b>【今後の予定】</b> 12月9日(土)家族セミナー 13:30~16:00 会場:小郡市二森 あすてらす 会議室3 開催予定 12月23日(土)ステップアップセミナー「OBOG会」開催予定				

**サテライト大牟田**

◆大牟田交流会  
 日時: 11月11日(土) 14:15~15:45  
 内容: 「秋を訪ねて散策」  
 集合場所: 大牟田市労働福祉会館

◆大牟田サポステ塾  
 日時: 11月25日(土) 14:15~15:45  
 内容: 「マインドフルネス体験」  
 集合場所: 大牟田市労働福祉会館

◆久留米交流会  
 日時: 11月13日(月) 13:15~14:45  
 内容: 「バドミントンしよう」  
 ※タオル、飲み物持参  
 集合場所: 筑後サポステ事務所前

◆ボランティア活動  
 日時: 11月27日(月) 13:15~14:45  
 内容: 「清掃ボランティア」  
 ※タオル、飲み物持参  
 集合場所: 篠山コミュニティセンター

**サポステ塾・ボランティア・交流会・各種セミナー**

◆サボカフェ  
 日時: 11月8日(水) 14:15~15:45  
 テーマ: 「太極拳」  
 場所: 篠山コミュニティセンター  
 ※専門の講師の方が教えてください

◆サポステ塾  
 毎週金曜: 14:15~15:45  
 場所: 篠山コミュニティセンター

◆パソコン教室  
 毎週火曜・木曜: 13:00~17:00  
 ※予約制(マンツーマン45分講習)

**要予約**

- ・サポステ塾
- ・ボランティア
- ・交流会
- ・各種セミナー

◆お問い合わせ◆  
 筑後若者サポートステーション(サポステ)  
 電話番号: 0942-30-0087

運営: 特定非営利活動法人JACFA  
 厚生労働省・福岡県の委託事業です

**※相談・セミナー・交流会参加時の注意※**  
 参加をされる際には、以下の症状がある方はお控えいただき、体調が十分に回復されてから是非ご参加ください。  
 ・発熱がある方、または発熱が続いている方  
 ・風邪の症状(発熱、咳、くしゃみ、喉の痛み等)がある方