



# 就労支援センター ステップ & 地域活動支援センター ひだまり 合同レクリエーション！

ステップとひだまりの合同企画です！

ステップに通所されている皆さんとひだまりを利用されている皆さんとで交流を図ることができれば嬉しいなと思っています。

## 今月の内容

ステップの作業療法士による

# リラクゼーションストレッチ♪



## 令和7年8月9日(土)

## 9:00～11:00 予定

場 所： じあいホール

持ち物： 飲み物、タオル

動きやすい服装をお勧めします！  
皆でのびのび体を動かしましょう！



～参加希望の方へ～

ステップのメンバーさんはステップのスタッフへ

それ以外の方はひだまりのスタッフへお知らせください！

ひだまり (099-260-5865)