



## 第1回

めざせ標高138.7m!

おそらく気軽な、

冬山登山に みんチャレ!

～内容～ 三舟山登山(ハイキング)

登山後はおいもを食べよう!!

**11月30日(日)12:45~15:00**

※雨天順延 12月13日(土)

会場:三舟の里案内所



## 第2回

みんなでコラボ

「みんながつながるクリスマス」

～内容～

障がい者就労支援事業所のみなさんとつくる  
「みんながつながるクリスマス」で、スタッフと  
して一緒にイベント運営にみんチャレ!

クリスマスパーティーもあるよ☆



**12月21日(日)12:45~17:00**

会場:君津中央公民館

令和7年度君津中央公民館主催事業

# みんなでチャレンジ

障がいのある人もない人も、みんなで一緒に楽しもう！

### 対象および定員

- ♥ 原則、市内在住・在学・在勤の方で  
障がいのある方とご同伴の方
- ♥ みんチャレの趣旨にご賛同  
いただける方どなたでもOK！
- ♥ 小学生以下は保護者同伴

### 問合せ・申込み先

君津中央公民館

(君津市生涯学習交流センター)

君津市久保 2-13-2

☎ :0439(50)3980

♥ 障がいのある方やご家族が

気軽に参加できるみんチャレ！

♥ いろんな人と一緒に楽しむみんチャレ！

♥ 仲間づくりと共感、そして悩み解消や

ストレス発散につなげるみんチャレ！

♥ 地域の魅力を再発見するみんチャレ！

地域の方や障がい者就労支援施設の方々と交流しながら、  
楽しく笑顔でつながりを広げていきませんか。



## 第3回

結果にコミット!?

ヨガに みんチャレ！

～内容～ 前半タイムと後半タイムがあります  
前半:(全員で活動します)

♥ みんなでヨガにチャレンジ！

後半:(A・B 好きなルームに参加します。障がいのある方と同伴の方が別々のルームに参加することも可能です)

♥ A ルーム: フチ体験ルーム

ものづくりやレクリエーションなどのフチ体験

♥ B ルーム: みんなでおしゃべりルーム

ホッと一息。障がい者就労支援施設のスタッフを交えて、お茶でも飲みながら、いろいろおしゃべりしてみませんか

**1月18日(日)9:45~11:30**

会場:君津中央公民館



申込みフォーム

### 申込み方法

こちらの二次元コードを読み取り、  
「申込フォーム」からお申込みください。  
申込フォームを使用できない方は、  
問合せ先にご連絡ください

申込みしめ切り  
各回 1週間前まで

プログラムのお手伝いをしてくれる  
サポーターも募集中！

※ 各回の持ち物など実施についての詳細は、参加者の皆様に改めてご連絡させていただきます。

