

## チャレンジ 第1回

めざせ標高138.7m!

おそろしく気軽な、

冬山登山に みんなチャレ!

～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



## チャレンジ 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をつくる  
「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なチャレ!  
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



## チャレンジ 第3回

結果にコミット!?

ヨガに みんなチャレ!

～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:フキ体験ルーム

ものづくりやレクリエーションなどのフキ体験

♡ 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



# 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
- ♡ みんな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なチャレ!
- ♡ いろいろな人と一緒に楽しむみんなチャレ!
- ♡ 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なチャレ!
- ♡ 地域の魅力を再発見するみんなチャレ!

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。

### 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。  
申込み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



申込みフォーム

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。