

令和2年



# ゆるっとスペース“CoCo”

|              | 活動内容(金曜:13:30~15:30)  | 準備物  |
|--------------|---|--|
| 7日           | <b>豆まき&amp;鬼ごっこ</b><br>☆皆で豆をまいて厄を払います！<br>その後は、鬼ごっこをします。<br>皆で冬を乗り越えましょう！<br>(※見学、所内活動でもOK) |  <ul style="list-style-type: none"> <li>動きやすい服装</li> <li>体育館シューズ</li> <li>必要な方はタオルや飲み物</li> </ul> |
| 12日<br>(女子会) | <b>創作の時間♡</b><br>☆アロマストーンづくりです♪<br>皆で、アロマのいい香りと<br>可愛いアロマストーンに<br>癒されましょう～(´˘˘˘)♡           |  <ul style="list-style-type: none"> <li>エプロン</li> </ul>   |
| 14日          | <b>ピアサポーター講座④</b><br>☆4回目は、まとめを行います。<br>また、3月に行うお花見会の<br>企画も行う予定です♪(^ω^)                    |   |
| 21日          | <b>園芸 or 所内活動</b><br>☆2020年初めの園芸です！<br>ゆるCoCo畑のお手入れや<br>ジャがいもの苗を植えます。                       |  <ul style="list-style-type: none"> <li>汚れてもいい服<br/>(長袖、長ズボン)</li> <li>タオルや帽子</li> </ul>         |
| 28日          | <b>創作の時間</b><br>☆ビーズアクセサリーづくりを<br>中心に創作活動を行います。<br>完成後はゆるCoCoルームで<br>展示予定です。(/.ω./)         |   |

\*正午の時点で気象庁より熊本市に警報が出ている場合、プログラムは中止になります。

発行：熊本県ひきこもり地域支援センター(精神保健福祉センター内)

☎ 096-386-1177

(受付時間：月・火・木 9:00~12:00/13:00~15:00)



## ゆるっと通信☺ミニ



余寒が身に染みる今日この頃ですが…春の訪れが待ち遠しい季節となってきました\*  
 暖かいゆるCoCoに参加して、残りの寒い日々を乗り切りましょうー！ゞ(\*´ω`\*)ノ

### ゆるCoCoの色々① 1/10 ☀

この日は、恒例の新年初プログラム！『ゆるCoCo初詣』を行いました。  
 皆で、近くの神社に行き、今年の無事と平安を願って参拝！(´・ω・`)b ♡  
 参拝後は、付近の散策や買い物などゆるっと楽しいひと時を体験しました。



ゆるCoCo2020年の幕開けとなる1日となりました♪/

### 女子会の色々 1/15 ☀

2020年初は、「カレンダーづくり」 ♡  
 今回は、昨年よりも難易度の高い塗  
 り絵に挑戦！創作中の真剣さと完成  
 後の嬉しさでいっぱい素敵な時間  
 となりました。♪o(\*´θ`\*)o



### ゆるCoCoの色々② 1/24 ☂

ちょっと遅めのお正月の風物詩…  
 「かるた&百人一首大会」を行いま  
 した♪百人一首を初めて体験され  
 るメンバーさんが多く、予想以上に  
 盛り上がった時間となりました。 ♡

