

# 令和2年 10月 ゆるっとスペース “CoCo”

	活動内容(金曜:13:30~15:30)	準備物
2日	一日旅行計画② 来月の一日旅行に向けて 具体的な計画をたてましょう♪ 	
9日	園芸 畑の手入れやグリーンカーテン の撤去などを行います(^O^) 	汚れてもいい服装
14日 (女子会)	ゆるっと散策 カフェメニューをテイクアウト して秋を楽しみます♪ 	※費用は、 <b>自己負担</b> となります。
16日	ゲーム Party 今回はカードゲーム、 ボードゲームを楽しみます! 	
23日	バッティングセンターに行こう! 近くのバッティングセンターへ 歩いていきます。ストレス発散! 	※費用は、 <b>自己負担</b> となります。
30日	講堂 de 運動 身体を動かして スポーツの秋を堪能♪ 	動きやすい服装、体 育館シューズ

\*参加される際は、検温、マスク着用や手洗い等の感染予防対策をして入室し、スタッフの指示に従って下さい。感染拡大の状況によってはプログラムの変更・中止の場合があります。

\*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



秋の虫の声と、朝晩の冷えを感じる時期になってきました。今月は懐かしいプログラムに挑戦しています(\*^-^\*)ゆる CoCo で素敵な秋を楽しみましょう

<ゆる CoCo の色々>9/9 女子会♡  
今回の女子会は、先日延期になっていた「フラワーアレンジメント」を行いました♪ アレンジの概要を学んだ後、生花を手にしていざ実践！各メンバー同じ生花を使用しましたが、それぞれ印象の違う作品が仕上がってフラワーアレンジメントの奥深さを感じる事が出来ました(\*^-^\*)



## <ゆる CoCo の色々>9/18

数か月ぶりに園芸を行ったこの日は、すっかり草むらになってしまった土地を、何とか畑らしく整地を行いました(+o+)写真で私たちの頑張りを見て下さい！(笑)始めはイモか雑草か慎重に作業していましたが、成長しきったツユクサをガツガツ抜くことに慣れてきたころ、やっとサツマイモの様子が見えるようになって一安心…どうかたくさん収穫できますように！

