

平成30年



ゆるっとスペース “CoCo”

	活動内容(金曜:13:30~15:30)	準備物
1日	カード or ボードゲーム ◎新しいゲームも仲間入り しました♪みんなで盛り 上がりましょう! 	
8日	講堂で運動 ◎今年度初の運動プログラム♪ バドミントン、卓球、バレー など体を動かしてリフレッシュ♪ 	
13日 (女子会)	和菓子作り ◎わらびもちやどら焼きなど、 手軽で簡単、和菓子作りに挑戦♪ 	<ul style="list-style-type: none"> ・エプロン ・爪を切って参加
15日	園芸 or 所内活動 ◎ジャガイモの収穫や 畑の整備を行います♪ 	<ul style="list-style-type: none"> ・タオル、汚れても 良い服。
22日	セルフケア ◎内容は検討中です。 お楽しみに♪ 	
29日	七夕飾り付け ◎一年に一度願い事を星にお願い する日。みんなで一緒に楽しく 飾りつけをしましょう♪ 	

*お昼の12時の時点で気象庁より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(月・火・木)



ゆるっと通信☺ミニ



通りの紫陽花が雨に濡れ、一層鮮やかに映るこの時期。

お家で上半期の振り返り&下半期の目標を立ててみるのもいいですね♪

☆プログラムの色々☆ 5月11日 涼
今年度、初めての調理プログラム↓、(´▽`)ノ
『カップケーキ&ソーダゼリー』を作りました。
途中、色々とおしゃべりがありながらも、
なんとか無事に作る事が出来ました♪
また、ゼリーが冷やし固まる間に、
サイコロトークで楽しい時間を過ごしました。
メンバーさんからも、「色々あったけれど、
予想以上に美味しかったので良かった」等の
嬉しい感想が上がった1日となりました。(*´3`*)



♡女子会の色々♡ 5月13日 涼
今月は、「フラワーアレンジメント」
を行いました。各々が花を持ち寄り、
自分たちの作りたい形にアレンジ♪
メンバーさんも、集中して創作する
素敵な時間となりました。(*´ε`*)



!ゆるにゃん大喜利2018!
「6月の梅雨」と掛けまして、
「利口なペット」と解きます。
その心は…
すぐに夏来ます(懐きます)。
ゆるっちです!(´言`)☺

