

令和元年



ゆるっとスペース“CoCo”

	活動内容(金曜:13:30~15:30)	準備物
8日 (女子会)	お茶の時間 ☆今回も茶道の先生を招き、日本の Wabisabi を学びます。お楽しみに♪ 	
10日	春のスポーツ大会！ ☆講堂で体を動かして、皆で楽しみましょうー！ (※所内活動でもOK！) 	・動きやすい服装、体育館シューズ、タオル ・飲み物
17日	園芸 or 所内活動 ☆ゆる CoCo 農園特製グリーンカーテンの苗植えを行います♪ 	・汚れてもいい服装(長袖、長ズボン) ・必要な方は、タオルや帽子
24日	書道 de 創作 ☆新元号の令和や抱負、好きな言葉を書いて創作活動を行います♪ (※書道以外もOKです。) 	
31日	セルフケアの時間☺ ☆自分の強みを活かした自己PRの仕方について学びます。(*´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



新しい元号『令和』として初の通信です！これから始まる令和の文化とともに、ゆる CoCo の文化も益々育ちます♡皆様、ご成長をお楽しみに！ゞ(*´ω`*)ノ

ゆる CoCo の色々1 4/5 涼

新年度、初めてのゆる CoCo プログラムは DVD 鑑賞を行いました。
今回は、邦画の「サマータイムマシンブルース」を鑑賞！
タイムマシンをテーマにした SF かつコメディな内容で、
参加したメンバーさんたちからも、



- ・普段見ないジャンルの映画だったので新鮮な気持ちで観られた！
- ・久しぶりに DVD 鑑賞をして意外と面白かった。
- ・しっかりした作りの映画で内容も凝っていたと思う。

などの楽しいコメントをいただき、今年度のゆる CoCo プログラムとして、
良いスタートが切ることが出来ました！(^ω^)

◁オススメをしてくださったメンバーさん有り難うございます！♡ノ

ゆる CoCo の色々2 4/12 涼

桜は散りながらも、まだまだ肌寒かったこの日。
今回は、「ドミニオン」と「ドラえもん の日本旅行」の
2つのグループに分かれてボードゲームを行いました！
実際にゲームをやってみると思った以上に難しく、
「難しい！」という声が聞こえつつも、周りのサポートや
応援で大盛り上がりの楽しい時間となりました。
プログラム終了後は、3月、4月にお誕生日だった
メンバーさんに皆でバースデーソングのプレゼント。♪
ゆる CoCo の温かさを感じた素敵な1日でした。(^ 0 ^)

