
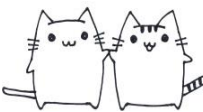






令和元年



ゆるっとスペース“CoCo”

	活動内容(金曜:13:30~15:30)	準備物
1日	大掃除&Xmas 会計画 ☆ゆる CoCo ルームのお掃除を行います。また、12月に行うXmas会の計画立てを行います。 	
8日	ピアサポーター講座② ☆2回目はサポーター活動の基礎について学びます。 φ(´ω´)★ 	
13日 (女子会)	カフェに行こう ☆近くのカフェでゆるっと楽しい一時を過ごします♪ ※雨天時は所内でDVD鑑賞です。 	
15日	一日旅行【要事前申込み】 ☆今年は「天草方面」を満喫！皆で秋の一日、海の風景を楽しみましょうー!(^o^) ※詳細はしおりをご参照下さい。 	・常備薬(酔い止め薬など)お金、防寒具、雨具、動きやすい服装
22日	園芸 or 所内活動 ☆今回は待ちに待った収穫！6月に植えたサツマイモの収穫を行います。(´ω´) 	・汚れてもいい服(長袖、長ズボン) ・タオル
29日	収穫プチパーティー♪ ☆収穫したサツマイモを使って美味しいご飯を作ります(^ ^)食欲の秋を体験しましょう♪ 	・エプロン ・三角巾 ・爪を切って参加

*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



早いもので11月。暦の上では立冬を迎え、冬支度の忙しい季節となりました。季節の変わり目、体調管理には気を付けて皆様のご参加お待ちしております。(´0´)

女子会の色々 10/9 涼

＼ 今月の女子会は、『ハーバリウムづくり』 ♪*(´ε`),o♡ /
今回初めて作るメンバーさんが多く、緊張や不安な様子が見られつつも…作り始めるとビーズや造花の配置に皆さん真剣モード！♡(´ω´)b



シックな色合いの作品やパステルで可愛い作品など、メンバーさんたちの素敵なセンスでオリジナルハーバリウムを完成することが出来ました。♡*参加したメンバーさんからも「楽しめてよかった」「時間はかかったけれど綺麗にできてよかった」などの嬉しいコメントを貰うことができました。☺♡

ゆる CoCo の色々 10/18 曇のち☁

1日中、雨が降りそうな空模様が見られていたこの日…。園芸プログラム&所内活動を行いました。ゞ(´ε`)/
園芸では、11月に収穫予定であるさつまいも畑の整備と前回、雨で中断した大根とほうれん草の種まきを実施♡！作業中は雨が降ることなく無事に行うことが出来ました♪
園芸後は、11月の収穫プチパーティーの料理決めを行い、野菜の成長と収穫が楽しみな1日になりました。(´ω´)

