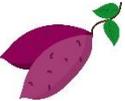


	活動内容(金曜:13:30~15:30)	準備物
1日	1日旅行計画① ★行ってみたい場所、その場所で食べてみたい物など、ご意見お待ちしています♪ 	
8日	総合の時間 ★ゲームを楽しんだり、ソファでゆっくりくつろいだり…思い思いに過ごしましょう。 	
13日(女子会)	音楽の時間 ★優しいメロディーに癒されたり、ポップなメロディーで盛り上がりたり…皆で楽しみましょう♪ 	
15日	園芸 or 所内活動 ★畑の手入れや、さつまいもの収穫を行います。お芋がたくさんできてますように♪ 	• 帽子 • 汚れてもいい服装(長袖、長ズボン)
22日	周辺散策 ★久しぶりにご近所を散策♪気になっていたあのお店も、見に行けちゃうかも? 	• 帽子 • 日傘 • タオルなど
29日	セルフケア② ★自分の気持ちを大切に。そしてちょっとだけ楽に過ごせるようになっていたら素敵ですね。 	

*参加される際は、マスク着用や手洗い等の感染予防対策に御協力下さい。

*状況によってプログラムは変更になる場合があります。

*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



まだまだ残暑が厳しいですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今月はゆるCoCo、たっぷり5回あります！好きなプログラムに、ぜひご参加下さい♪

<ゆる CoCo の色々>8/4 

ゆる CoCo 夏の一大イベント、納涼祭を行いました。ゆる CoCo のお部屋をお祭り仕様に飾りつけ、かき氷・りんご飴を作って食べて、さらにお祭り気分がUP!! 職人のように黙々と作業を進めるメンバーのTさんを中心に、皆さんが協力して作って下さった餃子の皮ピザも、めちゃうまでした~(*´▽`*)

ゲームでは射的やトントン相撲、魚釣りゲームなどを楽しみました♪「意外と難しい…!」「もう時間切れ?」などの声もあり、皆さん童心に帰って楽しんでいたようでした。箱の中身当てゲームではハラハラドキドキ☆「いきなり触って大丈夫!?!」「噛みつきはしないと思うけど…(笑)」等、粋な煽りにナイスリアクションをして下さるメンバーの姿も(*´艸`)会場も盛り上がり、楽しい夏の思い出が増えました☆





<ゆる CoCo の色々>8/18 

プチ園芸で、畑の手入れを行いました。雨上がりだったこともあり、短い時間でもなかなか手早く草を抜くことができました♪

