

令和4年



ゆるっとスペース“CoCo”

	活動内容(金曜:13:30~15:30)	準備物
5日	納涼祭準備③ ☆12日の納涼祭に向けて ゲームや人員配置などの 最終確認をします	
10日 (女子会)	Yoga の時間 ☆心のなかを空にして・・・ 講師の先生とともに 心と身体のデトックス♪	・動きやすい服装(必要な 方は飲み物、タオル)
12日	納涼祭☆☆☆ ☆かき氷、ゲーム大会、また とっておきの催しもあり～ 今年もワクワクする時間を 一緒に過ごしましょう★	
19日	プチ園芸&所内活動 ☆畑の手入れを行います 実っていれば収穫も 後半は所内で過ごします	・長袖、長ズボン、帽子 推奨
26日	総合の時間 ☆カードゲームをしてもよし 本を読んでもよし、ソファ でゆっくりしてもよし☺	

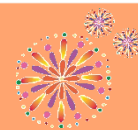
*参加される際は、検温、マスク着用や手洗い等の感染予防対策をして入室し、スタッフの指示に従って下さい。感染拡大の状況によってはプログラムの変更・中止の場合があります。

*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



日を追うごとに暑くなりますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？

今月のゆる CoCo は、夏の一大イベントとなりました「納涼祭」を行います(*^▽^*)
感染症対策を講じておりますので、ふるってのご参加、お待ちしております♪♪♪

<ゆる CoCo の色々> 7/1

「待ってました～!」「お待たせしました～♪」の声が飛び交うなか、久しぶりに調理プログラムを実施しました。今回は、先月ゆる CoCo の畑で収穫した男爵イモと、グリーンカーテンから朝採りしたキュウリを使って、ポテトサラダとジャガ餅に挑戦。メンバーの手際良さ、なかなかの出来栄え、おいしさ…と三度ビックリ!



<ゆる CoCo の色々> 7/15

第3週は園芸の時間、この日はメンバーも大集合。人気のプログラムです。しかし、午後からあいにくの大雨。予定していた除草作業とグリーンカーテンの収穫作業も叶わず…ということで、ハーブや観葉植物などの挿し芽に挑戦しました。手軽で可愛く、まさに見ていだけで癒されます



<ゆる CoCo 女子会の色々> 7/13

女子会では初めての音楽の時間。先生たちのキーボードや鍵盤ハーモニカの演奏に聞きほれ、楽しいおしゃべりに笑い、メンバー全員でトーンチャイムに挑戦しました。優しく美しいハーモニーについつい聞きほれ、自分の担当を忘れる場面も。先生からは「コンサートできるよ!」とお褒めの言葉をいただきました★

