

令和5年



ゆるっとスペース“CoCo”

	活動内容(金曜:13:30~15:30)	準備物
3日	総合の時間・季節の行事 ☆総合の時間と、節分の豆まきを行います！鬼は～外、福は～内♪ 	
8日 (女子会)	調理プログラム ☆バレンタインも間近…ということで、チョコレートを使用し、しっとり濃厚なブラウニーを作ります♡ 	<ul style="list-style-type: none"> • エプロン • 三角巾
10日	福祉サービスについて学ぼう ☆国民年金や生活保護、障がい福祉サービスなど、ちょっと気になっていたことについて尋ねてみませんか？ 	
17日	園芸 or 所内活動 ☆ジャガイモの苗植えと、畑の手入れを行います。身体を動かして温まりましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> • 汚れてもいい服や靴 • タオルや帽子
24日	居場所開放 ☆ゆるここ主催で支援者研修会を開催するため、居場所開放のみとなります。ご了承ください♡ 	

*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



1年の中でも最も寒い時季となりました。皆さん風邪などひかれていませんか？温かい食べ物、飲み物でしっかり身体を温め、何とか乗り切りましょう～☺

ゆるCoCoの色々 1/13

今年も行って参りました！ゆる CoCo 毎年恒例、白髭神社への初詣♪年の初めに、神様へのご挨拶と、お願い事もしてきました(*´艸`) 皆さんおみくじも引かれていましたが、なんと5人中3人が大吉!!!良い兆しです～♪皆さんにとって、今年も良い1年になりますように☆



ゆるCoCoの色々 1/11

新年始めの女子会は、お茶会でスタートしました(^^)先生が茶道具や飾られた花、色紙などについて、それぞれ丁寧に説明してくださいました。お茶の香り、色、お菓子の彩りの美しさやおいしさなど、五感をいっぱい使って楽しみました。とても穏やかで豊かな時間となり、心まで潤いました～☆

