

熊本市ひきこもり支援センター「りんく」 ～すまいるing♪～

7月のプログラム予定表

火 (14:00~15:30)		木 (14:00~15:30)	
4日	<p>● 制作 「七夕飾り」 季節の習わし</p> <p>大きな紙上に、マスキングテープの笹に七夕飾りを作成します。願いを短冊に込めて、星にお祈りする習慣です。もともと、たなばたは「棚機」と書き、機織りで、神様に服を織り、棚に飾り、豊作を願ったものでした。そこに中国の織姫伝説が合わさって生まれた行事です。是非、星に願いを込めてみませんか？</p>	6日	<p>● 8月のプログラム決め&茶話会</p> <p>皆さんでお茶やお菓子を食べながら、のんびりと8月のプログラムと一緒に決めていきませんか？ 皆さんで観てみたい、観てほしいDVD、取り組みたい創作・制作活動、室内運動・外出などを投票箱形式で決めていけたらと思います☆お気軽にどうぞ~(*´▽`*)</p>
11日	<p>● ゲーム会 (フレステ2&3&Wii)</p> <p>本当はスタッフがゲームしたいだけかも？(笑) 本体は、フリーステーション2, 3, 任天堂Wiiを用意しています！ジャンルも格闘、レース、アクション、RPG、スポーツなど様々。みんなで作ってみたいゲームソフトやコントローラーを持ってきてても良いという方は、お持ちになられてみて下さい♪1人プレイもOKです☆</p>	18日	<p>● 気ままな空間 「フリースペース」</p> <p>自由に過ごせる、自由な時間。 ジグソーパズル・お絵かき、漫画を読む、お昼寝、お題は何でも自由。自由に過ごせる居場所です。 集団は苦手とか、参加に勇気がいるなという方はここから始めてみてはいかがですか？</p>
18日	<p>● DVD鑑賞 「超高速！参勤交代」</p> <p>このミッション、不可能 インポッシブルです！ 時は江戸時代。参勤から帰ったばかりの弱小貧乏藩主が5日以内に参勤交代を命じられる。8日かかる道のりを実質4日…参勤から帰ったばかりで貯蓄なし。7人で大名行列に見せかける。はたして幕府の無理難題をクリアできるでしょうか(*´▽`*)</p>	20日	<p>● 運動 「ズンパ」</p> <p>スペイン語で「お祭り騒ぎ」という意味を持つズンパは、サルサやサンバといったラテンダンスに、エアロビクスの要素を取り入れたダンスエクササイズ。ステップや難しい動きや型にこだわることなく、できなくても自分なりに楽しんで体を動かせば大丈夫です☆ 踊って心も体もスッキリしてみませんか(^ ^)/ *室内靴とタオル必須です！</p>
25日	<p>● クラフト 「メタル・アクセ」</p> <p>話題のメタルクラフトに挑戦してみよう。 6月のワイヤークラフトのバージョンアップ版です。もちろん初めてでも出来ますので安心下さい。 金属の歯車などを接着して固定します。 すてきなオブジェやアクセサリを作ってみませんか？</p>	27日	<p>● 制作 「ジグソーパズル」</p> <p>合計1000枚の大きなジグソーパズル『幸せの花咲く庭』を皆で少しずつ完成させていってませんか？ モデルの絵は幻想的な暖かい光が溢れていて、とても癒やされます…。このパズルは、半年～一年かけて完成させていけたらいいなと思っています。他のプログラム時にもフリースペースに置いてあるので、お暇つぶしにどうぞ☆</p>

※プログラムはウェルバルくまもと8階の「すこやかホール」で行います。プログラムによっては場所が変更になる場合もあります。

【お問い合わせ】

※活動プログラムに参加希望の方は、下記の連絡先にお問い合わせください。 熊本市ひきこもり支援センター「りんく」

TEL:(096) - 366 - 2220

メールアドレス:tomoni@kumamoto-link.com

(担当:伊津野 野村 陳 最上 迫田)

