

熊本市ひきこもり支援センター「りんく」 ～すまいring♪～

12月のプログラム予定表

火 (14:00~15:30)		木 (14:00~15:30)	
1日	● 茶話会&1月のプログラム決め 皆さんでのんびりと、1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・外出で行ってみたい場所などを決めていけたらと思います(^^)お気軽に参加してみてくださいね！	3日	● フリースペース 自由に過ごせる、自由な時間。脳トレやフリートーク、お絵描きや創作等お題は何でもあり！自由に過ごせる居場所です。参加に勇気があると思う方はここから始めてみるのもいいかもしれませんね☆ この日は、会議室303で行います。(すこやかホール横)
8日	【プログラムはお休みです】 	10日	● ゲーム会 (プレステ2&3&Wii) 本体は、プレイステーション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、スポーツなど様々。みんなでや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、是非お持ち下さい♪1人プレイもちろんOKですよ☆
15日	● DVD鑑賞「バンブルビー」(114分) 1980年代を舞台に「トランスフォーマー」シリーズの人気キャラクターのバンブルビーと人間の少女チャーリーの交流と友情、彼らに待ち受ける予想外の運命を描きます。知られざるバンブルビーの過去が明かされていきます。皆さんと一緒に鑑賞しましょう(*^_^*)	17日	● ストレス対処について学ぼう 色々な場面で感じる「ストレス」。ためてしまうと体にも不調がでてしまったり、考え方や行動も凝り固まってしまう。そんなストレスを柔軟に乗り越える方法を皆で学んでみませんか？1年の最後の月に解消するヒントを得られる時間になると良いですね(*^_^*)
22日	【プログラムはお休みです】 	24日	● クリスマス会♪ 今年もクリスマスイブに当事者プログラム開催！というわけで皆さんと一緒にクリスマスを楽しみましょう(^^)♪何をするかは当日のお楽しみです…☆皆さんに楽しんでいただける企画を用意しようと思っていますよ。年に一度のプログラムなのでぜひご参加くださいね！

マスクの着用・すこやかホール入室時の検温・アルコール消毒・間隔をあけた席の配置・換気

上記感染防止対策を行った上での開催となります。ご協力をよろしくお願いいたします。

熱が37.0度以上ある場合には、参加できません。また、のどの痛みや味覚障がいなどがある場合も参加を控えていただきますのでご了承ください。

【お問い合わせ】 ※プログラムはウェルパルクまもと3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。

※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 吉本 最上)

