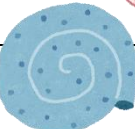








令和4年8月のプログラム予定表

	火 (14:00~15:30) 	木 (14:00~15:30) 
2日	● 茶話会&「9月のプログラム決め」 冷たいお茶やお菓子をいただきながら、まったりと9月のプログラムと一緒に決めていきましょう。観たいDVD、取り組みたい創作活動、やってみたいプログラムなどを決めていけたらと思います♪DVDなどのリクエストもお待ちしていますよー(^_^)☆	● 気ままな空間「フリースペース」  自由に過ごせる、自由な時間。 シグソープズル、ペーパークラフト、お絵かき、ゲーム等お題は何でも自由！お昼寝もありの自由な居場所です。何をするか決めていなくても、大丈夫ですよ。りんくでのひと時を過ごしましょう。
9日	● アナログゲーム 最近はコロナ禍でおうち時間を楽しく過ごすためにボードゲーム等が注目されていますね。りんくでは新しいものを含めて色々な種類のゲームを準備していますよ☆多気になっているものがあるればリクエストもどうぞ～。皆さんで遊んでみましょうね(^_^)♪	<u>「山の日：プログラムはお休みです」</u> 
16日 皆さんの投票で決定！	● 講演「ボランティアの話を聞いてみようの回」 今回は「熊本市民活動支援センター・あいぽーと」の方をお招きして、ボランティア活動についてお話を聞いてみたいと思います(*^^*)ボランティアといっても様々な内容のものがあるそうなので気持ちが動くようなものと出会えるかも？お楽しみに～♪	● ゲーム会 (スイッチ、プレステ2&3&Wii) りんくでもスイッチが仲間入りしました(*^^)v ソフトはマリオカート・あつ森などを準備していますよ。プレステ3&Wiiもありますので、好きなゲームと一緒に楽しみましょう。ご自身のやってみたいゲームがあれば持って来てくださいね♪
23日	● DVD鑑賞『アーヤと魔女』(82分) 身寄りのないアーヤはある日奇妙な家に引き取られ、その家に住む意地悪な魔女と暮らしていくことに。毎日こき使われる生活にうんざりしたアーヤは魔女の飼猫の助けを借りて魔女に仕返ししようと呪文を作ろうとしますが・・・一緒に鑑賞しましょう！	● オンライン「座ってできるストレッチ・ヨガ」 今月のオンラインプログラムは、動画を観ながら簡単なストレッチやヨガを行います！座ったままでできるのですが、意外と普段使わない部分を動かしたりするのでスッキリしますよ☆水分補給しながら無理しない程度に身体を動かしてみましょう(^_^)
30日	● 創作『はがきサイズの作品を作ろう』 今回はりんくにある色々な材料を使って、はがきサイズの作品を作ってみましょう(◡_◡)和紙でちぎり絵をしてみたり、砂絵で何か表現してみたり、絵を描くのもいいですね。それぞれ好きな方法で作ってみましょう！どんな作品になるかわくわくしますね♪	 ※プログラムの部屋は変動します。 りんくのカウンターでご確認ください。 

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・間隔をあげた席の配置・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】

※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

