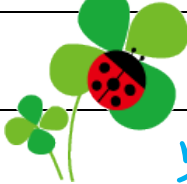




## 4月のプログラム予定表

 火 (14:00~15:30)		木 (14:00~15:30)	
※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がございます。		2日	●読書会 & 報告会 思い思いに、静かにゆっくりと本を読んでみませんか。 最後に、みなさんが読まれた本の紹介もかねて、本のタイトルを教えあう、ちょっとした報告会をする予定です。 ＊りんくでも少しご用意しますが、読みたい本があればご持参ください。
7日	●表現プログラム「エンカウンター」 人とかがわることで、いろんなことを感じる自分を見つめてみませんか。そしてそんな自分を大事にされてくださいね。	9日	●「5月のプログラム決め」& フリートーク お茶を飲みながら5月のプログラムを決めましょう。残った時間でフリートークをおこないます。
14日	●外出プログラム「春のウォーキング」 ＊場所は熊本城二の丸公園！春を感じながらウォーキングを楽しみましょう。 ＊雨天時はすこやかホールでゲーム大会	16日	●調理「ドーナツ」 今回は、揚げない「焼きドーナツ」を作ります♪ 場所：希望荘（調理室） 集合：13:50までに「すこやかホール」にお集まりください。
		持ってくる物	材料費：100円、エプロン、三角巾
21日	●創作活動「折り紙でくす玉」 折り紙を作ってくす玉を2種類作ります。花と多面体のくす玉、みなさんはどちらを作りますか？	23日	●語学講座「中国語」&表現プログラム「エンカウンター」 ☆中国語を学んでみませんか？ちょっと挨拶ができれば、世界が広がるかも？ 発音や中国語での挨拶を陳先生に学びます！ ☆エンカウンターではフルーツバスケット、WANTEDシートを使います。
28日	●運動 講師：池田千恵さん リズミカルな音楽に合わせて簡単なステップを踏みながら身体を動かします。心も身体もポカポカしますよ～。	30日	●DVD鑑賞「るろうに剣心 京都大火編/伝説の最後編」 逃れられない運命を背負い、斬れない刀（逆刃刀）を手に、仲間と別れ一人で京都へと向かう。剣心最期の戦いが遂に始まる。（邦画アクション）

【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」（担当：野村、高橋）

TEL:(096) - 366 - 2220

メールアドレス:tomoni@kumamoto-link.com

