






# 熊本市ひきこもり支援センター「りんく」 ～すまいring♪

## 令和5年1月のプログラム予定表

火 (14:00~15:30)		木 (14:00~15:30)	
3日	<p><u>「プログラムはお休みです」</u></p> <p>あけましておめでとうございます。 2023年もどうぞよろしくお願ひいたします。</p> 	5日	<p><b>● 外出「初詣へ行きましょう」</b></p> <p>皆さんで加藤神社へ初詣に行き、神社でお参りしませんか？ ★集合は、ウェルパルクまもと1階に13:40です。電車代片道170円が必要です。おさいせん代などは各自でご用意下さい。現地集合の方は14:00に城彩苑です。事前にご連絡ください。雨天時はフリースペースです。</p> 
10日	<p><b>● 茶話会&amp;「2月のプログラム決め」</b></p> <p>温かいお茶やお菓子をいただきながら、まったりと2月のプログラムを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(^-)-☆</p> 	12日	<p><b>● オンライン「好きな音楽の紹介コーナー♪」</b></p> <p>皆さんの好きな音楽について教えてくれませんか??J-POP、ジャズ、クラシックなどジャンルはなんでもOKです♪音源を用意できる方は準備してもらっても大丈夫です。音楽を共有して、皆さんで聴いてみましょうね(*^*)新たな世界が広がるかも!?</p>
17日	<p><b>● 創作「書き初め」</b></p> <p>書き初めとは年が明けて初めて書や絵をかく行事で、本来は1月2日に行います。上手・下手は関係なく、書きたいことを書に表してみませんか?素敵な1年になるよう、思いを込めて書いてみましょう♪</p>	19日	<p><b>● ゲーム会 (スイッチ、プレステ2&amp;3&amp;Wii)</b></p> <p>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&amp;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♪</p>
24日	<p><b>● アナログゲーム</b></p> <p>最近で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☆多岐になっているものがあればリクエストもどうぞ～。皆さんで遊んでみましょうね(^)♪</p>	26日	<p><b>● 気ままな空間～フリースペース～</b></p> <p>自由に過ごせる、自由な時間。 ジグソーパズル、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～。ちょっと覗いてみませんか?</p> 
31日	<p><b>● DVD鑑賞『トップガン マーヴェリック』(131分)</b></p> <p>1986年公開の「トップガン」の続編です。アメリカ海軍のエリートパイロット養成学校トップガンに、伝説のパイロット、マーヴェリックが教官として帰ってきます。守ることの難しさと戦うことの厳しさを教えますが反発も…。一緒に鑑賞しましょう(^)/</p>	<p><b>※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。</b></p> 	

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】

※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

