



令和8年度 ねすと♪たまゆら ～8月と9月の予定～

	活動内容（第2・4火曜 14時～16時、祝日時は変則開催）	準備するもの
令和8年 8月12日 （第2水）	<u>室内ゲーム</u> ☆カードゲームやボードゲーム等、好きなゲームで楽しみましょう。	
8月25日（火）	<u>DVD鑑賞</u> ☆ 参加者に事前に見たい映画を聞いて、リクエストの多かったものを見る予定です。映画館を真似て、ポップコーンでも食べながら・・・。	
9月8日（火）	<u>コミュニケーション術を学ぼう</u> ☆ 苦手なコミュニケーションの場面を想定して、楽しみながら練習します。 コミュニケーション術が、一つでも参考になると良いですね。	
9月29日 （第5火）	<u>調理実習</u> ☆ 何を調理するかは、皆さんの意見を聞いて決めます。材料は、こちらで準備しますので、手ぶらでお越しください。	

*プログラムの内容は、変更になる可能性があります。気になる方はスタッフまでお尋ねください。

☆初めての参加希望の方は、事前に面接をさせていただいております。
まず、センターにお問い合わせください。

☆『休憩スペース』もあります。自分の体調に合わせて、休憩してください。

☆ プログラム内容により、マスクの着用にご協力をいただくことがあります。

発行：福岡県ひきこもり地域支援センター ねすと♪たまゆら
（福岡県精神保健福祉センター内）

☎ 092-582-7530

（受付時間：平日 9:00～17:00 ※祝日を除く）

