

趣味活動＆体験交流 コンパッショーン

時間を忘れて夢中になれる事、ここがなごむ時間をみつけてみませんか

R8年 1月		群馬県の広域的居場所づくり事業 主会場：K'BIX まえばし福祉会館（日吉町2-17-10）			定員	申込 持ち物 (費用：無料)
6 (火)	1:30 ～2:00	北西入口花壇	花壇の手入れ (荒天時変更) 除草・水やり等	○ ○	○ ○	○動きやすい服装 ○軍手又は 薄手ビニール手袋 ○水分補給 用飲料
	2:15 ～4:00	2階 第2集会室	談話室 (自由にお過ごしください)			
13 (火)	2:00 ～4:00	2階 第2集会室 または オンライン参加	パソコン講座 会場参加/オンライン参加 身近なパソコン操作を体験してみませんか。 オンラインでは、画面・音声 OFF でも参加可能です。 お申し込みの方へ参加情報をご連絡します。	10		ノートパソコン 筆記用具 ※オンライン：Wi-Fi 環境をご確認の 上、1/10迄にお申し込みください。
20 (火)	1:30 ～3:00	2階①②第2集会室	コミュニケーション講座 (SSTでやってみよう) ① 「さわやか自己表現」	○ ○	○ ○	筆記用具 ※対象： 概ね20歳以上の方、ご家族
	3:15 ～4:00	3階③④第2控室	② 談話室 ③ 個別相談 (事前予約制) ④ 個別相談 (事前予約制)			※対象： 中高生年代以上の方、ご家族
24 (土)	2:00 ～3:30	2階 いきいき談話室	「運動」でココロとカラダを動かそう 理学療法士 簡単！ 筋トレ体験講座	○ ○	○ ○	○体の下に敷くバスタオルまたは ヨガマット ○水分補給用飲料 ○汗拭きタオル ○筆記用具 (適 宜 講座時メモ用) ● (ジーン ズやベルトのあるズボンは避けて) 運 動できる服装でお越しください。
	終了後 ～4:30		参加者フリータイム (自由参加)			
27 (火)	2:00 ～2:20	2階 視聴覚室	座談会 with ぐんま若者サポートステーション ① サボステ紹介 会場 および ※オンライン	○ ○ ○	○ ○ ○	サボステ対象年齢15～49歳の方、ご家族、関心のある方 ※ 「サボステ紹介」オンライン希望の方は、1/24迄にメール申込 (氏名又はニックネーム、年齢、居住市名をお知らせください。)。後日、参加URLをご連絡します。
	2:30 ～3:30		② サボステスタッフさんとの座談会 /会場のみ サボステスタッフさんとの和やかな座談会を予定しています			
	終了後 ～4:15		終了後、参加者フリータイム (自由参加)			

2月予定： 3火.談話室 10火.パソコン 14火.筋トレ 17火.コミュニケーション.グループ / 傾聴.個別 24火.視聴会

その他の活動		内容		
K'BIX まえばし 福祉会館	準備作業	随时： 資料印刷、資料綴じ、チラシ作成等	ご協力いただける方	 BIBASYO_COMPASSION
	花壇 作業	①会館利用日：花壇整備・水やり等 ②活動日以外：週1回程、曜日を決めて行える方	●作業しやすい服装 ●軍手 ●水分補給用飲料	
市内公園 花壇作業	月1回、公園指定日 午前中2時間程度 公園内の花壇作業等ボランティアに参加しています。	※ボランティア保険未加入の方は、 一週間前までにご相談ください。		

* * コンパッショーンは、青壮年のみなさまのココロとカラダの元気を応援しています * *

【お問い合わせ お申し込み】

✉ katudo.compassion@gmail.com

⌚ 090-7884-7275 (月～土：9:00～18:00) (①氏名 ②年齢 ③希望日・内容をおしらせください)