

趣味活動 & 体験交流 コンパッション

時間を忘れて夢中になれること、こころがなごむ時間を見つけてみませんか

R7 年 11 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）
4 (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、11/30 迄にお申し込みください。
11 (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	当日参加	○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）	○	
18 (火)	1:30 ～3:00 3:15 ～4:00	2 階①②第 2 集会室 3 階③④第 2 控室	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」 ② 談話室	当日参加 ○	筆記用具 ※対象： 概ね 20 歳以上の方、ご家族
	2:00～ 3:00 ～4:00		③ 個別相談（事前予約制） ④ 個別相談（事前予約制）	1 1	※対象： 中高生年代以上の方、ご家族。
22 (土)	2:00 ～3:30	群馬県 社会福祉総合センター (新前橋町 13-12)	「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	当日参加	●屋内用運動靴または靴底の汚れを落とした運動靴 ●運動で○きる服装（ジーンズやベルトのあるズボンは避ける）汗拭きタオル ●水分補給用飲料
	終了後 ～4:30	7 階 体育室	フリータイム （自由参加）	○	
25 (火)	1:45 ～ ～4:00	造形創作室  https://forms.gle/ojbWBt1Bdy4dCgcS9	スマイルアート （臨床美術体験講座） 「クリスマスキャンドル グラスアート」  LED キャンドル付	10 事前 申込	○水分補給用飲料○エプロン、又は汚れてもよい服装○ティッシュ○ウェットティッシュ

12 月予定：9 火.パソコン 16 火.コミュニケーション.グループ / 傾聴.個別 20 土.午前午後 調理&試食会 23 火.談話室

その他の活動		内容	
K'BIX まえばし 福祉会館	12/2 火. 2:00 ～4:00	ハンギングバスケットづくり 2 階造形創作室 定員 10 名 春まで咲く花苗で、半円球の寄せ植えをつくってみませんか。 お申し込み：https://forms.gle/EjigQqhPWd3k4yPA	●作業しやすい服装 ●薄手のビニール手袋 ●持ち帰り用 45ℓビニール袋 2 枚 ●材料費：3,000 円（容器込）、2,500 円（容器 SLT 持参）
	準備 作業	随時：資料印刷、資料綴じ、チラシ作成等	
	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 ※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。
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。	

＊ ＊コンパッションは、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）



! @IBASYO_COMPASSION