

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

R6年 10月		群馬県の広域的居場所づくり事業 主会場：前橋市総合福祉会館（日吉町 2-17-10）		定員	申込 持ち物 (費用：無料)
1 (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 身近なパソコン操作を体験します。 オンライン参加ご希望の方は、9/28 迄にご連絡ください。	10	ノートパソコン 筆記用具 ※お申し込みの方に、後日、 参加 URL をご案内します。
8 (火)	1:45 ~3:15	道の駅まえばし赤城 (田口町 36) 2階会議室 (フードコートの上階)	ヘアケア講座 ・・・現役美容師さんによるお話とデモ・・・ ●毛髪について ●シャンプーの仕方 ●ドライヤーのかけ方 ●地肌をととのえるマッサージのしかた（体験） ●ヘアカタログから髪型をえらんでみよう	20	フェイスタオル
12 (土)	2:00 ~3:30	群馬県 社会福祉総合センター (新前橋町 13-12) 7階 体育室	「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 ポッチャボールを使った運動 	20	●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 ●筆記用具 (必要な方、講座時メモ用)
15 (火)	1:30 ~3:10 頃	2階 ① ③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」 社会福祉士 ② 談話室	15	 10月詳細・申込 QR
	3:20 頃 ~4:00	② ④日常生活動作 訓練室	③個別相談（事前予約制） ④ 談話室	1 15	
22 (火)	1:30 ~4:00	2階 第2集会室	作業ボランティア ●事務作業（筆記、印刷等） ●花壇手入れ（花柄摘み、草取り、水やり等） 談話室	当日 参加	●動きやすい服装 ●筆記用具
29 (火)	1:45 ~4:30	2階 造形創作室	臨床美術体験講座 ～五感を使って描く～ 臨床美術士 ※詳細は後日ご案内します	10	●ウェットティッシュ ●水分補給 用飲料 ●エプロンまたは汚れても よい服装 ※
11月予定： 2土.運動体験 5火.パソコン 12火.うどん作り 19火.コミュニケーション 26火.花壇作業					

その他の活動	内容		
前橋市 総合福祉会館	①会館利用日：花壇整備・水やり等 用日以外：週1回、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 公園内の花壇作業ボランティアに参加	お申し込み：事前に 下記までご連絡下さい	

@IBASYO_COMPASSION

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）