

## 5月のプログラム予定表

火 (14:00~15:30)

木 (14:00~15:30)

2日	<p>● DVD鑑賞 「シン・ゴジラ」 日本を代表する特撮映画として、1954年（昭和29年）に、始まったシリーズの最新作です。しかし、完全なオリジナル作品。コンセプトは原点に戻したようです。超話題作です。必見！</p>	4日	<p>● <b>みどりの日 祝日でお休みです。</b> みどりの日 (Greenery Day) アメリカのバンド「Green Day」 21guns は名曲です。</p>
9日	<p>● 6月のプログラム決め&amp;茶話会 皆さんでお茶やお菓子を食べながら、のんびりと6月のプログラムを一緒に決めていきませんか？ 皆さんで観てみたい、観てほしいDVD、取り組みたい創作・制作活動、室内運動・外出などを投票箱形式で決めていけたらと思います☆お気軽にどうぞ～(*´▽`*)</p>	11日	<p>● 制作 「ジグソーパズル」 合計1000枚の大きなジグソーパズル『幸せの花咲く庭』を皆で少しずつ完成させていってみませんか？ モデルの絵は幻想的な暖かい光が溢れていて、とても癒やされます…。このパズルは、半年～一年かけて完成させていけたらいいなと思っています。他のプログラム時にもフリースペースに置いてあるので、お暇つぶしにどうぞ～☆</p>
16日	<p>● 運動 「太極拳」 中国の先生の教えを受け継ぎ、八つの「型」を大画面のプロジェクトターでみながら、取り組んでいっています。ゆっくりとした動作で、じんわりとからだが温まり、内臓の強化、心身のリラックス、睡眠の質の向上、健康の維持・回復など、さまざまな効果があるとのことです。ライフワークの一つにお勧めです☆</p>	18日	<p>● 外出 「図書アレイク」 熊本市現代美術館内に「ホームギャラリー」という無料で利用できる場所があるのはご存知ですか？ 美術書、衣食住に関する書籍、漫画までを取りそろえた図書室で、音楽や映像も楽しむことができる憩いの空間です。人が横になることもできるユニークな本棚と光の天蓋が癒やされますよ～☆</p>
23日	<p>● 気ままな空間 「フリースペース」 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、お題は何でも自由。お昼寝もありの自由な居場所です。しれっと、なんかしている人がちらほらいるかも。ちなみにどんな漫画が好きですか？</p>	25日	<p>● ゲーム会 (アステ2&amp;3&amp;Wii) 本当はスタッフがゲームしたいだけかも？(笑) 本体は、アステ2、3、Wii を用意しています！ジャンルも格闘、レース、アクション、RPG、スポーツ、ホラーなど様々。みんなで作ってみたいゲームソフトやコントローラーを持ってきて良いという方は、お持ちになられてみて下さい♪</p>
30日	<p>● 初登場「おすすめのカップラーメン」 カップヌードルはポピュラーなものですが、最近ではいろんなラーメンが、インスタントとしてよく売られるようになりました。お好きなラーメンを持ち寄ってください。試食会を、行いましょう～♪(できれば標準サイズのカップ麺)</p>	<p>※プログラムはウェルバルくまもと3階の「すこやかホール」で行います。 プログラムによっては場所が変更になる場合もあります。</p>	

【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

(担当:伊津野 野村 陳 最上 迫田)

