

「丹波市地域つながりセンター ここから」

居場所カレンダー

2025年5月

開所時間：10:00～16:00

日	月	火	水	木	金	土
				1 レジン工作	2	3 居場所 休み
4 居場所 休み	5 居場所 休み	6 箱庭療法	7	8 絵を描こう	9	10 土曜開所 家族会 キャリア相談
11 居場所 休み	12 ここから保健室	13 プランター の花植え	14 居場所 休み	15 キャリア相談	16 コミュニケー ションプログラ ム	17 居場所 休み
18 日曜開所 卓球 	19 ハイブリッド ヨガ キャリア相談 	20	21 居場所 休み	22 絵を描こう	23 福祉ネイル 	24 居場所 休み
25 日曜開所 CRAFT	26 就活プログラム キャリア相談	27	28 メタバース居場所 ここからスペース	29	30 レジン工作	31 居場所 休み

一般相談

居場所開所日に相談可

- ◆ LINE
- ◆ メール
- ◆ 電話相談
- ◆ 訪問相談

キャリア相談

仕事探しや仕事選び、仕事に関する悩みについて、キャリアコンサルタント(国家資格)が相談に応じ、助言等を行います。

お気軽にご連絡ください。

令和7年4月～センターの名称が変更となりました！

丹波市地域つながりセンター ここから

丹波市氷上町香良42

TEL：0795-86-7101

mail：plat01@nexsta.jp

相談LINE登録



丹波市地域つながりセンター

令和7年4月活動報告

大人気の福祉ネイル。春らしい華やかな色に癒されます。



お花見に行きました♪



センターの草刈りをしました。

ルール説明の資料を参考にしながら、初めての方も楽しませていました。



卓球大会、盛り上がりました！



令和7年5月の予定

日付	時間	活動名	内容
1日(木)	13:30~15:30	レジン工作	UVライトで固まる樹脂レジンを使ってぷっくりツヤツヤ、透明感のある工作をしてみませんか？
6日(火)	13:30~15:30	★箱庭療法	砂の入った箱の中にミニチュアの玩具を配置したり、砂を触ったりして、自由に自分の内面を表現する心理療法です。1人30分 5名まで
8日(木)	10:30~15:30	絵を描こう	色んな画材で自由に絵を描いてみましょう。
10日(土)	14:00~15:30	★家族会	家族が気軽に話せる場です。
10日(土)	10:00~	★キャリア相談	仕事に関する悩みについて相談できます。
12日(月)	13:00~16:00	ここから保健室	ご本人やご家族の「こころ」と「からだ」の悩みごとや気になることを保健師さんや看護師さんに相談できます。
13日(火)	13:30~15:30	プランターの花植え	玄関を彩るお花を植えてくださる方募集中！
15日(木)	10:00~	★キャリア相談	仕事に関する悩みについて相談ができます。
16日(金)	13:30~14:30	コミュニケーションプログラム	コミュニケーションを学びましょう。
18日(日)	13:30~15:30	卓球	みんなで卓球を楽しみましょう。
19日(月)	10:30~11:45	★ハイブリッドヨガ	Zoomでの対面開催となります。センターでの実施は最大8名まで。お早めにご予約ください。
19日(月)	10:00~	★キャリア相談	仕事に関する悩みについて相談ができます。
22日(木)	10:30~15:30	絵を描こう	色んな画材で自由に絵を描いてみましょう。
23日(金)	13:30~15:30	★福祉ネイル	ネイルやハンドマッサージでリラックスしませんか？
25日(日)	13:30~15:00	★CRAFT家族学習会	本人との関わり方を学ぶ勉強会とご家族がお互いに気軽に話せる会です。
26日(月)	14:00~15:30	就活プログラム	みんなで就活プログラムをしましょう。
26日(月)	10:00~	★キャリア相談	仕事に関する悩みについて相談ができます。
28日(水)	14:00~15:00	★メタバース居場所	インターネットを利用した仮想空間で交流してみよう
30日(金)	13:30~15:30	レジン工作	UVライトで固まる樹脂レジンを使ってぷっくりツヤツヤ、透明感のある工作をしてみませんか？

★印は予約推奨もしくは要予約です！ 詳細は開所時間にお問い合わせください。