

「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7月

開所時間：10:00～16:00

| 日                            | 月                            | 火              | 水               | 木                                                                                                   | 金                                                                                                    | 土                                                                                                                 |
|------------------------------|------------------------------|----------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              |                              | 1              | 2<br>居場所<br>休み  | 3<br>レジン工作<br>キャリア相談                                                                                | 4                                                                                                    | 5<br>土曜開所<br>卓球                |
| 6<br>居場所<br>休み               | 7                            | 8<br>出張居場所(春日) | 9<br>居場所<br>休み  | 10                                                                                                  | 11<br>コミュニケーション<br>プログラム                                                                             | 12<br>土曜開所<br>家族茶話会<br>キャリア相談  |
| 13<br>居場所<br>休み              | 14<br>パステルアート<br>キャリア相談      | 15             | 16<br>居場所<br>休み | 17<br>レジン工作<br> | 18                                                                                                   | 19<br>居場所<br>休み                                                                                                   |
| 20<br>日曜開所<br>CRAFT<br>家族学習会 | 21<br>祝日開所<br>箱庭療法<br>キャリア相談 | 22<br>ここから保健室  | 23              | 24<br>メタバース居場所<br>ここからスペース                                                                          | 25<br>福祉ネイル<br> | 26<br>居場所<br>休み                                                                                                   |
| 27<br>居場所<br>休み              | 28<br>就活プログラム<br>キャリア相談      | 29<br>クッキング    | 30              | 31                                                                                                  |                                                                                                      |                                                                                                                   |

### 出張居場所

出張居場所開催日はセンターも開所しております。

送迎希望の方はご相談ください。

7月8日(火)13:30～15:30

春日住民センター

### キャリア相談

仕事探しや仕事選びや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6月活動報告

コミュニケーションプログラムでは  
「苦手な所もいい所に」「上手に  
ほめよう」のテーマを学びました。



就活プログラムでは  
皆さんでビジネスマナー  
について学びました。

ヨガでゆったりとした心地よい  
時間を過ごすことができました。



お互いをほめあうゲーム  
をしました。

## 令和7年7月の予定

卓球大会、皆さんで楽しく  
身体を動かしました！

|                                       | 時間          | 活動名            | 内容                                                              |
|---------------------------------------|-------------|----------------|-----------------------------------------------------------------|
| 3日(木)                                 | 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。                                             |
| 3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？                    |
| 5日(土)                                 | 13:30~15:30 | 卓球             | みんなで卓球をしましょう。                                                   |
| 11日(金)                                | 14:00~15:30 | コミュニケーションプログラム | 対人関係のスキルを学んでみよう。                                                |
| 12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(土)                                | 14:00~15:30 | ★家族茶話会         | 家族が気軽に話せる場です。                                                   |
| 14日(月)                                | 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。                                             |
| 14日(月)                                | 13:30~15:30 | パステルアート        | 型紙を使って、誰でも簡単にきれいな絵を描けます。                                        |
| 17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？                    |
| 20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場です。                               |
| 21日(月)                                | 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。                                             |
| 21日(月)                                | 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 |
| 22日(火)                                | 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。             |
| 24日(木)                                | 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ましょう。                                     |
| 25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？                                        |
| 28日(月)                                | 10:00~12:00 | ★キャリア相談        | 仕事に関する悩みについて相談できます。                                             |
| 28日(月)                                | 14:00~15:00 | 就活プログラム        | みんなで就活プログラムをしましょう。                                              |
| 29日(火)                                | 13:30~15:30 | クッキング          | 餃子の皮ピザを作る予定です。<br>エプロン持参がうれしいです(◡◡)/                            |
| ★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。 |             |                |                                                                 |