

「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10月

開所時間：10:00～16:00



日	月	火	水	木	金	土
			1 居場所 休み	2	3 エ作(ハンディ モップ作り) 	4 土曜開所 キャリア相談
5 居場所 休み	6	7 クッキング	8 居場所 休み	9 キャリア相談	10 コミュニケーション プログラム	11 土曜開所 卓球 
12 居場所 休み	13 祝日開所 キャリア相談	14 ヨガ体験  春日出張居場所 ※センターも開所	15	16 エ作(ハンディ モップ作り) 	17	18 居場所 休み
19 居場所 休み	20 キャリア相談	21 家族茶話会	22 居場所 休み	23 メタバース居場所 ここからスペース	24 福祉ネイル	25 居場所 休み
26 日曜開所 CRAFT家族学習会	27 キャリア相談 就活プログラム	28 ここから保健室	29 居場所 休み	30 散歩	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。

10月14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9月活動報告

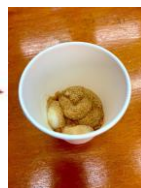
コミュニケーションプログラムでは、
相手への声の掛け方やマインドフルネス
について学びました。



レジンで素敵なキーホルダー
が完成しました♪



クッキングでは、皆さんで
お団子を作りました。



さまざまなボードゲームで
盛り上がりました！



陶芸では、初めての方も
作品づくりを楽しめました。

令和7年10月の予定

	時間	活動名	内容
3日(金)	13:30~15:30	工作(ハンディモップ作り)	毛糸でハンディモップを作ってみましょう。
4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。
7日(火)	13:30~15:30	クッキング	みんなでクッキングをしましょう。エプロン持参が嬉しい です(^^)
9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。
10日(金)	14:00~15:00	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。
11日(土)	13:30~15:30	卓球	みんなで卓球をしましょう。
13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(火)	10:30~12:00	★ここから女子会 ヨガ体験(オンライン有り)	気持ちよく身体を動かしてみましょう。動きやすい服 装でお越しください。講師の先生とzoom対面開催。
16日(木)	13:30~15:30	工作(ハンディモップ作り)	毛糸でハンディモップを作ってみましょう。
20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(火)	14:00~15:30	★家族茶話会	家族が気軽に話せる場です。
23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。
24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？
26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。
27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。
27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。
28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。
30日(木)	13:30~15:00	散歩	みんなでウォーキングをしましょう。

★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。