

「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

2026年7月

開所時間：10:00～16:00

日	月	火	水	木	金	土
			1 居場所 休み	2 AM休所 (12:30開所)	3	4 土曜開所 コーンホール (おためし会)
5 居場所 休み	6	7 カラオケ @ハートフルかすが	8 工作①	9	10 ※ネイル受付開始	11 居場所 休み
12 居場所 休み	13 eスポーツ	14	15 居場所 休み	16 メタバース	17 パステルアート	18 土曜開所 コーンホール
19 居場所 休み	20 祝日開所 箱庭療法	21 家族茶話会 ここから保健室	22	23 居場所 休み	24 福祉ネイル	25 居場所 休み
26 日曜開所 CRAFT 家族学習会	27 就活プログラム	28	29 居場所 休み	30 工作②	31	

◆一般相談

居場所開所時に相談を受け付けております。

◆メール ◆電話相談 ◆訪問相談

◆キャリア相談

仕事に関する相談に応じ助言などを行います。随時、相談を受け付けております。

＼おしらせ／

福祉ネイルは予約制です
(お電話やLINEなどで事前連絡ください)

- 受付開始：7/10（金） 10:00～
- 定員：10名（定員になり次第受付終了）

※施術時間は申し込み順ではありません
※ご希望の時間をお受けすることはできません

丹波市地域つながりセンター ここから

丹波市春日町黒井1519-1
Tel：0795-86-7101
mail：tamba.kkkr@gmail.com



各相談および
お問い合わせは
こちらへ



pick up photo

2026年6月活動報告

卓球で運動不足解消！
盛りあがりました！



↑ アイロンビーズ工作。素敵な作品たちが並びました♪



↑ メタバース。仮想空間でみんなで
しりとりをして楽しみました。



← 人気の福祉ネイル。

毎回、体験希望の方が多く、
ゆっくり皆さんに楽しんで
いただくために、施術人数を決
めさせていただくことにしま
した。

詳しくは表面をご確認ください。
い。

2026年7月の予定

日にち	時間	活動名	内容
4日(土)	13:30～15:30	ニュースポーツ	『コーンホール』というスポーツを体験します。
7日(火)	13:30～15:30	カラオケ	歌う人、聴く人、リズムを取る人。いろんな楽しみ方でご参加ください。今回はハートフル春日へお邪魔します。
8日(水)	13:30～15:30	工作① (うちわ作り Part1)	折り染めをします。
13日(月)	13:30～15:30	eスポーツ	大画面でTVゲームを楽しみましょう！
16日(木)	14:00～15:00	★メタバース居場所	ネット仮想空間で、交流を楽しんでみませんか？
17日(金)	13:30～15:30	パステルアート	パステルを使い、指などで色をぼかして描くアートです。
18日(土)	13:30～15:30	ニュースポーツ	『コーンホール』をみんなで楽しめます。是非ご参加ください！
20日(月)	13:30～15:30	★箱庭療法	箱庭で自分の内面を表現する心理療法です。1人30分 5名まで。
21日(火)	13:00～16:00	★ここから保健室	ご本人やご家族の、「こころ」や「からだ」の悩み事や気になることを相談できます。
	14:00～15:30	★家族茶話会	ご家族が気軽に話せる茶話会です。
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？
27日(月)	14:00～15:00	就活プログラム	就職に向けて何か一步を踏み出したい人が学べるプログラムです。誰でも参加できます。
30日(木)	13:30～15:30	工作② (うちわ作り Part2)	7/8に染めた紙を使って、うちわを作ります。

★は要予約です。詳細は開所時間中にお問い合わせください。