「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11月

開所時間：10:00～16:00

日	月	火	水	木	金	土
1 居場所休み	2	3 祝日開所 ニュースポーツ ※アロマ受付開始	4 居場所休み	5	6	7 土曜開所 カラオケ
8 居場所休み	9	10 アロマトリートメント	11 ※ネイル受付開始	12	13 eスポーツ	14 居場所休み
15 居場所休み	16	17	18 居場所休み	19 メタバース	20 ここから保健室	21 居場所休み
22 日曜開所 家族茶話会	23 祝日開所 箱庭療法 CRAFT家族学習会	24	25 福祉ネイル	26	27	28 居場所休み
29 居場所休み	30 就活プログラム					

おしらせ

アロマトリートメント（事前予約制）

お電話やLINEなどで事前連絡ください

●受付開始：11/3（火） 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

おしらせ

福祉ネイル（事前予約制）

お電話やLINEなどで事前連絡ください

●受付開始：11/11（水） 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

自宅へのお迎えの最終時間は13:30となっております。また、セミナー等の予定や、スタッフの勤務状況により送迎をお断りする場合もございます。ご理解、ご協力の程、よろしくお願いいたします。



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

電話：0795-86-7101

Mail.tamba.kkkr@gmail.com

心理相談
キャリア相談
その他お問い合わせは
←こちらへ

pick up photo

2026年10月活動報告

さんだサポステより
講師をお呼びして
就活特別プログラムを
開催しました。





丹波陶芸サークルのみなさん
のご指導のもと、陶芸体験を
しました。
マグカップやお箸置きなど
思い思いの作品を作りました。
焼き上がりが楽しみです。

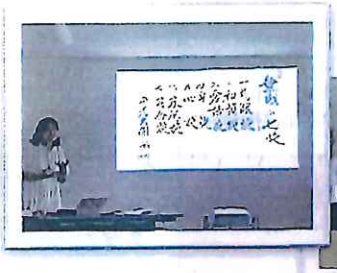






↓ 恒例のeスポーツでは
リズム天国を楽しみました♪♪







↑皆でマインドフルネスを体験しました。癒されました✨

メタバース★



2026年11月の予定

日にち	時間	活動名	内容
3日(火)	13:30~15:30	ニュースポーツ	モルック(雨の日はボッチャ)で体を動かしましょう！
7日(土)	13:30~15:30	カラオケ	歌う人、聴く人、リズムを取る人・・・ストレス発散しましょう♪
10日(火)	13:30~16:00	★アロマトリートメント	アロマオイルのいい香りで癒されませんか？
13日(金)	13:30~15:30	eスポーツ	大画面でのTVゲームで盛り上がりましょう！
19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みませんか？
20日(金)	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。
22日(日)	14:00~15:30	★家族茶話会	家族が気軽にゆっくりと話せる茶話会です。
23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。
	13:30~15:00	★CRAFT家族学習会	ご本人との関わり方を学ぶ、家族の勉強会。気軽に話せる場です。
25日(水)	13:30~16:00	★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？
30日(月)	14:00~15:00	就活プログラム	就職に向けて何か一歩を踏み出したい人のためのプログラムです。誰でも参加できます。

★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。