

寄っといDAY

生きづらさ・行きづらさ

感じていたらお出かけください。思いがけないものが待ってます！

こころの中の ごちゃごちゃ感
生活の中の息苦し感
周りの人への歯がゆさ感など…

持ったまんまで寄ってください



小さな手織り機



各種パズル



かんだん
環談の場



各種
ボードゲーム



◆時間

1日目/ 11:00～20:30

2日目/ 11:00～17:30

◆開催日 (2024年)

4月 10(水)～11(木)

5月 15(水)～16(木)

6月 12(水)～13(木)

◆場所

とよた市民活動センター・ホール

◆参加費

無料 (出入り自由、申し込み不要)

◆開催日 (2024年)

7月 17(水)～18(木)

8月 14(水)～15(木)

9月 15(日)～16(月)

【後援】 豊田市 / 豊田市教育委員会 / (社福)豊田市社会福祉協議会 / (公財)豊田市文化振興財団 / 豊田市ボランティア連絡協議会

【応援団体】 豊田市若者サポートステーション / 豊田市BBS会 / フリースペースK / あいあらつく / (一社)JUNTOS / (株)なすびの会 / サンサンCafé / ゆのか / (社福)オンリーワン・ORiiBU / 軽度知的障害を考える会・スマイル / (一社)みよしはたらく協議会 / (一社)HATO / (社福)輪音 / 米粉シフォンケーキの店 アトリ / 高養有志の会 / とよた多世代参加支援プロジェクト

【主催】 ゆめぱレット (問い合わせ 電話/090-4466-6800(小林) メール yumepa_let@yahoo.co.jp)

月に一回だけ開催する のんびり広場 『寄っといDAY』

生きづらさを感じた時、駅のベンチ、公園のベンチを見かけたら
座ってみたいくなる時って ありませんか？
ベンチに座って ちょっと ほっこり
是非 お試してください！



【落ち着くベンチ】

生きづらさを感じた時、
ちょっと見つめてみませんか…

- 【吐き出しましょう】事実と感情を『ごちゃ混ぜ』にしていますか？
モヤモヤ感を整理してみると意外に『ごちゃ混ぜ』って見つかるものです
- 【楽しみましょう】イライラ、モヤモヤを一時的に横に置いてみませんか？
気分転換がきっかけで心の整理がしやすくなることもあったりします
- 【人の話も聞いてみましょう】物事の事実は1つだけですか？
自分の話をしながら他人の話を聞いてみると、アレっ？と思うことも出てきます



みな様からいただいた感想

✿始めて折り機を体験させていただいて楽しかったです。こういった居場所がたくさんあるといいなと思いました。 ✿詩の朗読が良かったです。内容を暗記しているのがスゴイと思いました。初めて知恵の輪がとけてうれしかったです。 ✿カードゲームや話合いができて楽しかった。 ✿いつもありがとうございます。ゆったりすごせました。 ✿自分なりに打ちとけて来たと思います。とても楽しかった。 ✿自由にすごせるからよかった。初たいめんの人と会話するのは、きんちょうした。 ✿切絵、貼り絵など沢山の方々の協力でなりたっているのも自分も運営する側になってみたいと思いました。 ✿仕事のつかれがリフレッシュできました。 ✿年下の人で、自分と同じ知的障害があるにも関わらず、自分とは全然違ってすぐれていて、ついつい自分と比べてしまい、少し辛くなってしまいました。

自分は無能だということを改めて感じてしまった一日でした。
しかし、色々な方に話を聞いて頂き、自分のことを真剣に考えてくださっていることが分かり、誠に感謝しております。今日はどうも有り難うございました。漢字の練習はたまに続けています。ここまで生きてこられた事に感謝しています。

【語人サヤ佳お話タイム】

各月21日/16:00～

4/11・5/16
6/13・7/18
8/15・9/16

新美南吉の
作品・絵本の
お話・世界の
お話などを語り
ます。楽しいですよ！



『寄っといDAY』に是非お立ち寄りください