

ひきこもり  
サロン

## とまりぎ通信

誰からも責められない、参加も自由で申し込みもない、  
一人で参加でき、前へ進むための準備ができる場所など…  
だれもが安心できる居場所の必要性を感じています。  
あなたの気持ちを共感できる、共感したいと思う仲間が待っています。

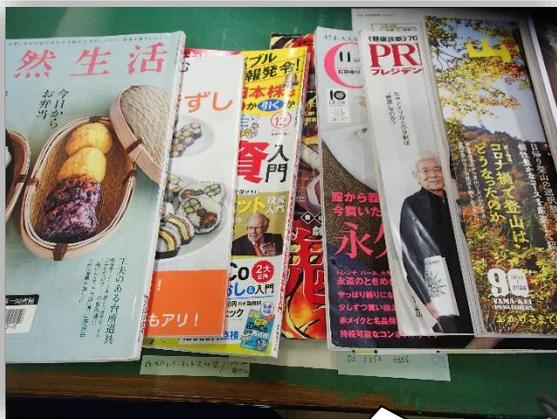


## 最近のとまりぎの様子

コロナ禍ではありますが、感染症対策（検温、マスク着用、手指消毒）を行い、毎回5名程度の方が参加されています。

参加者でお喋りをしたり、ゲームをしたり、好きな雑誌を読んだりと各々が好きなように過ごしています。

1月のとまりぎでは、参加者の希望により、急きょ卓球台を出して、卓球を楽しみました。（何年ぶりかに行う方が多かったです(^\_^)）  
お気軽にご参加ください。時間内は出入り自由です。



様々な雑誌も毎回ご用意しています♪



## とまりぎって？

ひきこもりがちな当事者同士が交流でき、自由に過ごすことができる居場所です。

おしゃべりをしたり、トランプ等の卓上ゲームをしたり、一人で読書や絵を描いたり、のんびり過ごしています。

☆お茶菓子を用意しています  
☆見学もできます

申込不要☆参加費無料



とまりぎキャラクタースメちゃんとかかくん

1人での来所が不安な方は、スタッフが迎えに伺うことも可能です。  
お待ちしております(^\_^)/



稲城市在住の方が対象です。

社協ホームページ



## ●健康麻雀を行いました。



参加者より「麻雀をやりたい」というご意見があり、2月9日（火）にボランティアの鈴木さんのご協力を得て、「健康麻雀」を実施しました。

まずは麻雀のルールを習っています。今後も第2火曜日に実施予定です。

興味のある方は、是非ご参加ください。初めての方で、麻雀に興味のある方、大歓迎です！



## ●とまりぎオンライン 自宅にしながら、お話しできます(?)

日時：毎月 第1火曜日 午後2時～2時30分

\*参加希望者は、[soudan@inagishakyo.org](mailto:soudan@inagishakyo.org) にメールを送信してください。参加方法（zoom ミーティング使用）と URL を返送します。

## ●とまりぎ(会場開催)

会場：稲城市社会福祉協議会 2階 憩いの部屋  
稲城市百村7(福祉センター)

日時：毎月 第2火曜日・第4木曜日 午後2時～4時

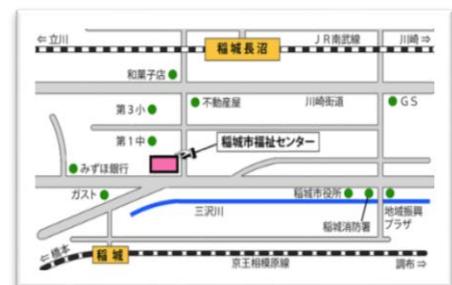


※その他気になることや個別での相談をご希望の方は、左記までお問い合わせください。  
家族会のご案内も可能です。

### < お問い合わせ >

稲城市社会福祉協議会（社協）  
地域活動支援センター  
TEL：042-370-2480  
メール：soudan@inagishakyo.org

### 地図



< 交通のご案内 > ・バス 「福祉センター前」下車 徒歩1分  
・京王線相模原線 稲城駅徒歩5分 ・JR 南武線 稲城長沼駅徒歩9分