

# 居場所支援 ほっとスペース

～ほっとスペースへようこそ！少しでも「ほっと」できる空間を目指しています。～

## ○“ほっとスペース”について○

学校に行けない、進学先が決まらずに卒業してしまった…など、さまざまな事情で家で過ごしているみなさんのために少しでもほっとできる居場所を提供します。少し外に出ることでリフレッシュになったり、いろいろな人と話すことで刺激になったり、新しい仲間をみつけたり…家でも学校でもない、新たな安心できる居場所となるかもしれません。

最初は外に出ることが難しいお子さんもいます。無理やり連れてくる必要はありません。まずは先生方や保護者の方だけが来ることからスタートしても大丈夫です。今年度も2か所で居場所を開催します。お気軽にご相談、お問い合わせください。



※マスク・消毒等は個人の判断に任せます。  
体調のよいことを確認して来所してください。



## みんなの居場所

～いつ来てもいつ帰ってもOK、好きな活動ができます～



### 松原地区公民館

卓球やニュースポーツを一緒にやりませんか。ボードゲームや調理もやります。たくさん笑って元気をチャージしましょう！

#### スタッフ

横林 智子(松本市教育委員会)  
山本 唯(松本市インクルーシブセンター)

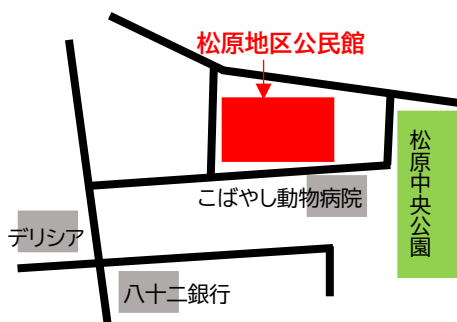


#### 日程

木曜日 13:00～16:00 (利用料無料)

#### 場所

松本市松原 39-1 松原地区公民館



#### 問い合わせ

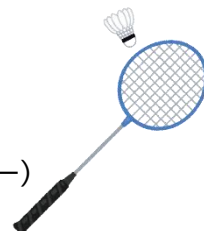
0263-33-4397  
(松本市教育委員会内)

### 笹賀公民館

多目的ホールを使ってバドミントン、卓球、ボッチャなどをやりませんか。お絵かきやボードゲームもできます。たくさん動いてたくさん笑いましょう！

#### スタッフ

今井 俊文(松本市教育委員会)  
横林 智子(松本市教育委員会)  
山本 唯(松本市インクルーシブセンター)



#### 日程

火曜日 13:00～16:00 (利用料無料)

#### 場所

松本市笹賀 2929 笹賀公民館



#### 問い合わせ

0263-33-4397  
(松本市教育委員会内)

→裏面に開催日カレンダーが載っています。

# ○ほっとスペース開催日カレンダー○

※急な変更や中止となる場合があります。

ご了承ください。

○ =土、日、祝日

 = 松原地区公民館、(木)13~16 時

 = 笹賀公民館、(火)13~16 時

## 4月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | ⑤  |
| ⑥  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |

## 5月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    | 1  | 2  | ③  |
| ④  | ⑤  | ⑥  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

## 6月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| ①  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | ⑦  |
| ⑧  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 |    |    |    |    |    |

## 7月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | ⑤  |
| ⑥  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |

## 8月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    | 1  | ②  |
| ③  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | ⑨  |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 |    |    |    |    |    |    |

## 9月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | ⑥  |
| ⑦  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |

## 10月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | ④  |
| ⑤  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |
|    |    |    |    |    |    |    |

## 11月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    | ①  |
| ②  | ③  | 4  | 5  | 6  | 7  | ⑧  |
| ⑨  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 |    |    |    |    |    |    |

## 12月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | ⑥  |
| ⑦  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |    |

## 1月 2026

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    | ①  | 2  | ③  |
| ④  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

## 2月 2026

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| ①  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | ⑦  |
| ⑧  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
|    |    |    |    |    |    |    |

## 3月 2026

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| ①  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | ⑦  |
| ⑧  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 |    |    |    |    |