



あすカフェ



1/11(Wed), 19(Thu), 27(Fri)

16:15~17:15

1月の内容



11

ボードゲーム

「キャット&チョコレート」

ゲームを通して楽しく語彙力を高めましょう！



19

トーク

「フリートーク」

お互いの考えや悩みを相談。
話す心と心が整理されてスッキリ！



27

発達障害専門プログラム

第18回

「自分の特徴を伝える②」

思いや悩みを共有し、新しいスキルの習得
や自己理解を深め、自分自身に合った
「処世術」を身につけましょう！



△注意事項△

- ・発熱やせきなど、風邪のような症状がある方は参加を お断りいたします
- ・マスクの着用と手洗いうがい、手指の消毒をお願いします
- ・飲食は禁止です
- ・新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の為、名前と 電話番号を
教えていただきます(個人情報、この目的以外に使用いたしません)
- ・ウイルス感染拡大の影響により、予定を変更する場合がございます
変更の場合、HPやSNS等でお知らせいたします

あすカフェとは？

同じような悩みを持った人たちと
過ごす中で、コミュニケーションを
取る楽しさを知る、日頃の悩みを
1つでも解決できるような皆さんの
『居場所』としてお使いいただけ
ればと思います。



Q&Aコーナー



Q

手帳がなくても
参加できますか？



A

手帳・診断書が
無くても参加
可能です！



Q

月3回全て参加
しないといけま
せんか？



A

回数の指定は
特にありません。
慣れたら徐々に
増やしましょう



16:00
開場

16:15
開始

内容説明
↓
実施

17:10
片付け等

17:15
帰宅



《お申し込み・お問い合わせ》

株式会社インクルー あすカフェ事務局

栃木県宇都宮市宮園町8-2松島ビル2階

TEL: 028-689-9977

お申し込み方法

以下の3つの方法から選択！

01



HPはこちら >>

ホームページ QRコードを読み込んでいただき、お申し込みフォームより送信。
(ホームページ<https://inclu.co.jp/>からお申し込みいただくこともできます)



02



LINEはこちら >>

LINE QRコードを読み込んでいただき、あすラボを友達追加。
トーク画面から参加したい日付を入力し、送信。
(入力例はあすラボのタイムラインの投稿をご確認ください)



03



以下枠内をご記載いただき、FAXで送信。

FAX: 028-689-9967

株式会社インクルー あすカフェ事務局行

手帳の有無・診断の有無は
問いません

お申し込み用紙



参加日 □1/11 □1/19 □1/27

可能な範囲で構いませんので以下枠内のご記入と、参加日にチェックをお願いします。

(フリガナ) お名前	生年月日 年 月 日 (歳) (大学・高校 年生・その他)
お電話番号	
メールアドレス @	
発達障がいの診断の有無 ☐ あり ☐ なし → 診断名:	
あすカフェに参加をしようと思ったきっかけや理由を教えてください	
あすカフェに参加するにあたり、不安なことや配慮が必要なことはありますか？	

このシートでご記入いただいた個人情報につきましては、目的以外に使用致しません。