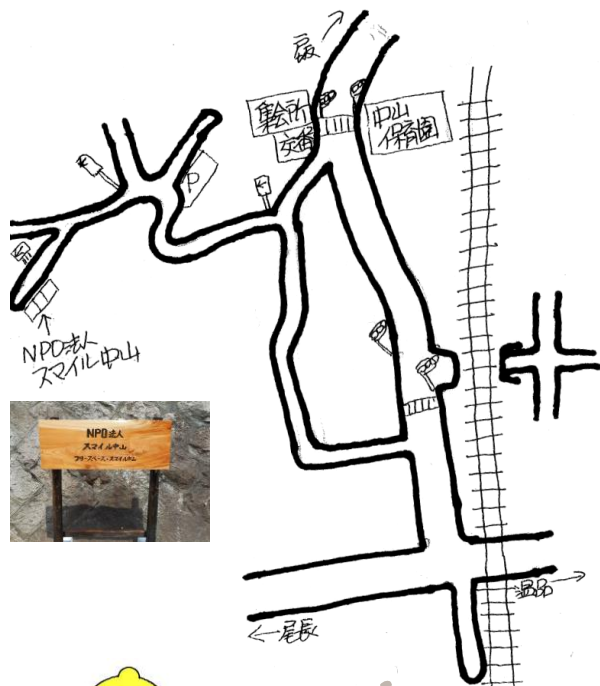


## ルート

広島駅・新幹線ロー若草町より

27番線「戸坂東浄」行き（赤バス）に乗車。

「中山保育園前」で下車し、バス停から徒歩約3分。



## みんなのスマイルへの思い！！

～スマイルは、みんなにとってこんな場所です♪～

- ✦ 憩いの場、交流の場
- ✦ 気分転換
- ✦ 百円でご飯が食べられるところが魅力！
- ✦ 自由な空間
- ✦ 決して強要しない、頑張らない場所
- ✦ ごろごろ、ぐだぐだ
- ✦ バカなことができる場所
- ✦ 気を使わなくていい
- ✦ 暇つぶしの場所
- ✦ ご飯おいしい（減塩しようと努力？）
- ✦ 笑いのある場所
- ✦ 軽作業などの場
- ✦ テキトーな場所
- ✦ たどりついた場所
- ✦ （いろんな意味で）個性たっぷり
- ✦ 「ぐだぐだハウス」
- ✦ もう一つの家族
- ✦ Wiiがある、Wii Fit まである！！



特定非営利活動法人スマイル中山  
地域活動支援センターⅢ型

フリースペース

# スマイル中山

“自分らしく”をモットーに  
心の中に様々な重荷を抱えていても、明るく普通に地域で暮らしていきたいと、みんなで色々なことに取り組んでいます♪

〒732-0026

広島県広島市東区中山中町 6-48

電話番号 (082) 280-5453

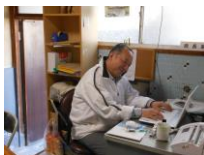
ファックス (082) 280-5453

Eメール

npo-sumairunakayama@sky.megaegg.ne.jp

## 運営方針

人と関わること、一日を楽しく過ごして帰ることを大事にしています。自然に囲まれた家庭的な雰囲気の中で、無理せず自分らしく一日を過ごしてほしい。そんな意味を込めて、“フリースペース・スマイル中山”と名づけました。



## 主な活動内容

### ✚ 毎日の昼食作り

ごはん 30 円・おかず 40 円・味噌汁 30 円です。

### ✚ 内職作業

金属のボルト締め

### ✚ 自動販売機の掃除

### ✚ バザー販売

※その他いろいろあります。



### ✚ ピア雑談室（月一回）

スマイル中山では月に一回、自分が日頃から抱えている悩みなどをグループ内で自由に話し合う機会を設けています。自分の悩みを話すことで心の整理ができ、自分自身を見つめ直すきっかけにもなります。また、周りに自分の抱えている悩みを知ってもらうことで、自分を守ることに繋がっています。



## ✚ ぐちルーム（月3回）

ぐちルームは、お茶を飲みながら、ペチャクチャとおしゃべりをする場所です。特に目的もなく、効果も期待しません。ゆっくり、のんびりおしゃべりしましょう。楽しいひと時を過ごしましょう。

## 行事

✚ クリスマス会

✚ 花見

✚ カラオケ

✚ 軽スポーツ

✚ 各バザー参加



## 開所日

月、火、水、金曜日 10時～15時

木曜日、第2・4土曜日 10時～13時

## 一日の過ごし方

内職作業、昼食作り、麻雀、雑談、DVD鑑賞、ガーデニング、のんびり過ごす、寝るなど

## 利用までの流れ

① まずは見学予約をしていただきます。

見学申込は：東保健センターにご相談下さい。

**☎ (082) 568-7735**

② 見学⇒体験利用（10日間）

③ その後、正式利用となります。

※見学は、紹介者（ワーカー等）の同伴が必要になります。

## 一日のおおまかなスケジュール

10:00～10:10……ミーティング

10:10～10:45…昼食作り、内職作業など

※のんびり過ごすのもあり

10:45～11:00……お茶休憩

11:00～12:00……内職作業など

※のんびり過ごすのもあり

12:00～13:00……昼休憩

13:00～13:45……内職作業など

※のんびり過ごすのもあり

13:45～14:00……お茶休憩

14:00～14:45……内職作業など

※のんびり過ごすのもあり

14:45～15:00……掃除

15:00～15:10……ミーティング

## ただし、毎週木曜日と第2・4土曜日は……

10:00～10:10……ミーティング

10:10～10:45…昼食作り、内職作業など

10:45～11:00……お茶休憩

11:00～12:00……内職作業など

12:00～12:45……昼休憩

12:45～12:55……掃除

13:00～……ミーティング