

～お茶を飲みながら なんでも話そう～

ここからカフェ

なんとなく心の不調を感じる… 家族の事で心配なことがある… 誰かに話したい…
気になること、不安なこと、どんなことでもお聞きします。
また専門の講師によるプログラムに参加して「こころとからだ」をほぐしてみませんか。
※個別相談（秘密厳守・無料）も応じます。



参加費300円

（お菓子代として）

〔日時〕 毎月・第4金曜日 13:00～15:00

〔会場〕 うめとぴあ 世田谷区立保健医療福祉総合プラザ
1階 「研修室B」

（住所：東京都世田谷区松原6-37-10）

次回



『8月はお休みです』

猛暑の中 ご自愛なさいますように。



＊第140回 9月25日（金）

「笑いヨガ・ジョイリズムで心と身体をリラックス！」



ジョイントT・M
www.npojoint.com

- 運営：NPO法人 ジョイントT・M
URL: <http://www.npojoint.com>
Mail: npojoint@yahoo.co.jp



「ここからカフェ」



- 共催：世田谷区立保健医療福祉総合プラザ 運営管理室
世田谷区保健センター

◆ アクセス 小田急線梅ヶ丘駅
北口 徒歩5分

「令和8年度地域の絆連携活性化事業の補助を受けています」