

地域でつながる～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・・・ ちょっと息抜きしたい・・・ 誰かと楽しみを共有したい・・・  
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。

開催： 毎月・第3土曜日 13:00～15:00  
場所： 上北沢ふれあいの家 世田谷区上北沢 3-26-4  
参加費： 300円 (お菓子・飲み物付き) 予約不要

## 《プログラム》

第42回 10月15日(土) ヨシキヨーコさん

「簡単、楽しい世界のボードゲームを体験しよう！」

～ みんなでゲームを楽しみながら こころもからだもクリアーに ～

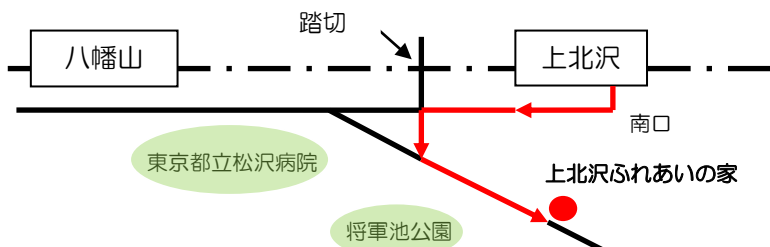
第43回 11月19日(土) ぼんじゅう亭志ん功さん  
「落語」

第44回 12月17日(土) 笈沼甲子さん  
「こころを癒すピアノのしらべ」

個別にご相談に応じます  
(秘密厳守・相談料無料)

気になる事、不安な事などどんなことでも  
お聴きします。話してこころを軽くして  
みませんか？ カウンセリング機関の紹介  
もできます。

「上北沢ふれあいの家」アクセス 京王線「上北沢駅」徒歩7分



1. 上北沢駅南口を出て線路沿いを八幡山駅方面へ進む。
2. 踏切が右手にきたところで左折。
3. 道なりにまっすぐ進み、通りに出たら左折。
4. 将軍池公園を右手に見ながら進むと、左手に「上北沢ふれあいの家」があります。

問い合わせ先：せたがや福祉サポートセンター Tel: 03-6379-1300  
「ここからカフェ」ホームページ <http://setagaya-npolink.jp>  
<http://www.npojoint.com/>