～地域でつながる～なんでも話そう

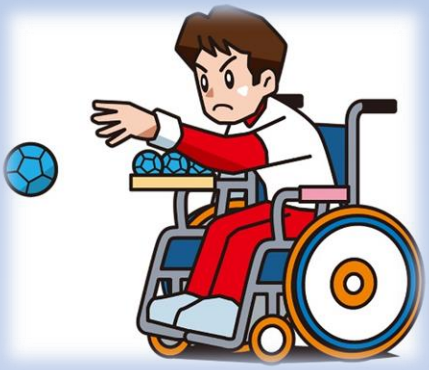
ここからカフェ 自由が丘

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・・

身近な仲間とともに、地域につながり、「こころとからだ」をほぐしてみませんか。

第12回

パラリンピック競技 ボッチャに 挑戦しましょう



祐成常久さん(東京都障害者スポーツ指導者協議会理事)に指導していただきます。どなたでもご参加ください。

3月22日(金) 13:30～15:30

講　師　祐成常久（すけなり　つねひさ）さん

費　用　500円　お菓子・飲み物付き　予約不要

会　場　あおぞら銀行
フィナンシャルオアシス自由が丘

自由が丘駅から徒歩3分

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
どんなことでもお聞きします。
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ご紹介も致します。

「ここからカフェ」ホームページ
http://setagaya-npolink.jp
http://www.npojoint.com/
問い合わせ先
NPO 法人玉川まちづくりハウス
Tel:03-3721-8699 Fax:03-3721-8986
Email：house@tamamati.com

「ここからカフェ自由が丘」は
上北沢で開催されている「ここからカフェ」の活動を
広げていこうとする有志で開催いたします。
みなさまのご参加をお待ちいたします。

主催　こころの健康を考える区民会議　場づくりグループ　協力　世田谷保健所健康推進課

世田谷区社会福祉協議会の地域支え合い活動団体に登録しています