

～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。
～どなたでもご参加ください。～

第23回

♥ 手話ダンス ♥

歌詞のイメージを手話を使い、メロディーに合わせて、
簡単なステップを踏む手話ダンス。
脳と身体を同時に使い楽しみながら
一緒に挑戦してみませんか？



2月18日(火) 13:30～15:30

講師
費用
会場

ジュネスのみなさん

500円 お菓子・飲み物付き 予約不要

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

次回 3月28日(土) 春の歌を楽しみましょう
場所が変更になります。
次号でお知らせいたします。



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。

「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:03-7218986

Email: house@tamamati.com

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