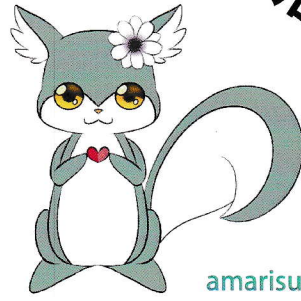


ほっとできる居場所

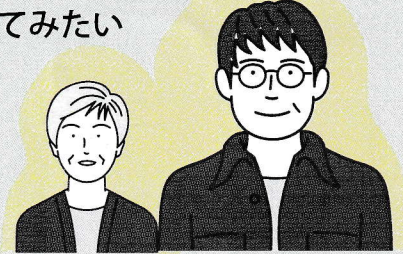
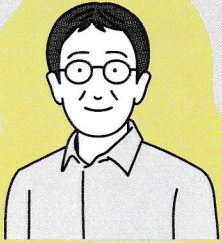


あまりす

こんな気持ちのあなたに…

対象

自宅以外でも、リラックスした時間が過ごせたらいいな
外出は抵抗があるけど、安心できるのなら行ってみたい
話を聴いてもらいたい
カウンセリングを受けてみたい
そろそろ、何か始めようか



好きなことをして過ごします

やりたいことを持ってきても良いし、あまりすで用意しているものもあります
塗り絵、コラージュ（雑誌や写真を心のままに貼る）、身体と心の話、
断捨離のコツ、絵本に親しむ など

※参加に費用はかかりません

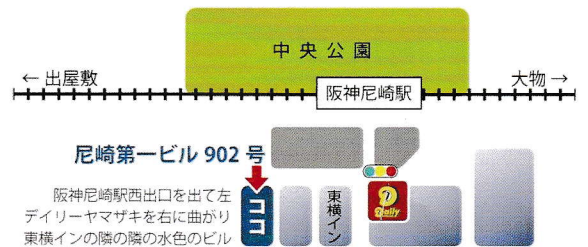
開催日時

10月12日水・26日水
11月9日水・30日水
12月14日水・21日水
1月11日水・25日水
2月8日水・22日水
3月8日水・22日水

いずれも
13:00
～16:00

開催場所

尼崎市御園町 24 番地 尼崎第一ビル 902 号
(阪神尼崎駅徒歩 2 分)



お問合せ・お申込み

あまりす事業部 NPO法人ゲートキーパー支援センター

尼崎市御園町 24 番地 尼崎第一ビル 902 号

まずは
お気軽にお問合せ下さい



06-6415-8829 (平日10:00~16:00)



ama.risu902@gmail.com

「あまりす」キャラクター
デザイン / 中島あゆみ



この事業は、尼崎市の委託を受けてNPO法人ゲートキーパー支援センターが行っています。