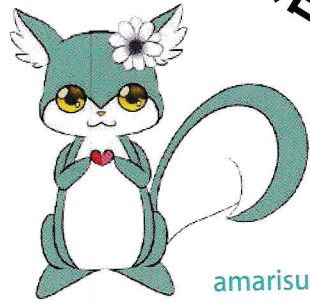


ほっとできる居場所



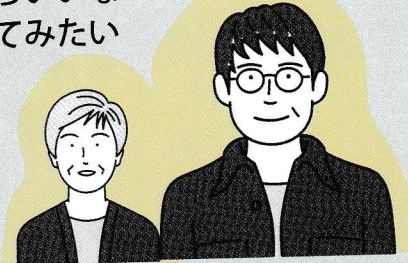
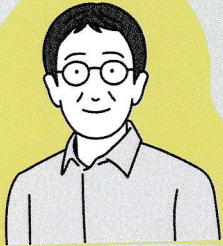
amarisu.

# あまrisu

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risu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risu」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。