

ケアラズカフェ 始めました

「つながるカフェ in 上大岡」

ケアラズカフェって何？

自宅で介護していたり、施設に入っている家族がいたり、遠距離介護をしていたり、そんな家族をお手伝いしていたり…ケアしている状況は様々だけど、気軽に立ち寄れて少しホッとできる場所、それがケアラズカフェ。

月一回一時間半、ちょっと気持ちを軽くできて、少し新しい出会いや学びにつながったら嬉しい、楽しい！そんな想いで始めます。是非「つながるカフェ in 上大岡」に来てみませんか？ほんの少しでも興味があったら来てください、お待ちしております！



日 時：毎月第 2 木曜日 10:00～11:30

毎回テーマに沿った情報を 15 分程度でお話します。その後は時にカードを使ってのお話や情報交換をしながら楽しみましょう。

10 月 10 日 テーマ：睡眠のこと

11 月 14 日 テーマ：食事のこと

12 月 12 日 テーマ：新しい年を迎えること

会 場：ミューズポートボーカル教室上大岡本校

京急上大岡駅徒歩 2 分(横浜市港南区上大岡西 1-11-7 第 10 オーヴァルビル 7F)

☆上大岡駅交番を右側にして真っすぐ歩いた先、1 F は Softbank 上大岡支店です。

会 費：500 円

定 員：10 名（先着順）

お申込：縁's Project お申込みフォーム ⇒



注：お申込みは、お申込みフォーム、FAX、mail、もしくは電話にてお願いします。

Fax 045-840-3115 mail: active_in_biz@gmail.com

Tel 080-5385-9465 ヒキタ（留守電の場合はお名前を残してください）

縁's Project は、疋田奈緒美が 2016 年産業カウンセラーとしての経験とシナプソロジーインストラクターや認知症キャラバン・メイトの知識を基本に、メンタルヘルスやコミュニケーションの公開講座と地域での緩やかな繋がりをつくる活動をするため立ち上げたチームです。

https://peraichi.com/landing_pages/view/ensproject/

<https://ameblo.jp/ens-project/>

