

KHJ町田家族会●第55回月例会

# 家族懇談会

ゲスト 坂本泰代さん（カウンセリング玉川代表 臨床心理士）

「コーピング(ストレス対処法)について」

月例会を再開します。今回は、今の悩みや困りごとの吐き出し、情報交換など、みなさんでおしゃべりをして気持ちを楽にする時間にしましょう。ゲストスピーカーとしてご参加していただく坂本さんからは、心身のストレスに対処する方法についてお話しいただく予定です。お気軽にご参加ください。

【日 時】2021年3月27日(土)14:00~16:30

【定 員】25 名

【お申込】メールか電話でお申し込みください。

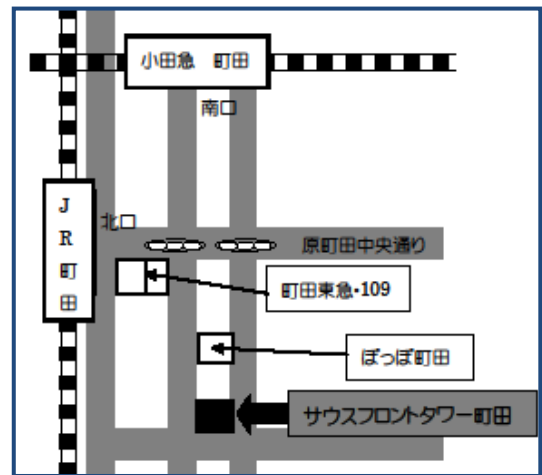
□ info@khj-machida.org

■ 090-4072-1642 (9:00~18:00 上野)

※定員に達し次第、お申し込みを締め切りますので予めご了承ください。

【会 場】町田市民フォーラム4階 第2学習室  
(サウスフロントタワー町田3階)

【参加費】500 円／一家族  
(ひきこもり当事者は無料)



【ご注意】新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日事前の検温、マスクの着用、施設入口での手指消毒を必ずお願いします。また、濃厚接触者確認のため連絡先をお教えいただきますので、予めご了承ください。

3月の「やわらぎ」(親のもう一つの居場所)は新型コロナウイルス感染防止のため、中止とさせていただきます。

「KHJ 町田家族会ヨガ部・寛容な世界の雑談会」(3月20日)と「居場所 IN まちだ」(3月27日)は開催します。別途案内をご覧ください。

【町田家族会 今後の予定】<4月> (※ウィルス感染拡大の影響で中止する場合があります)

◆親のもうひとつの居場所「やわらぎ」

4月 9日(金) 14:00~ 町田市民フォーラム 3階 和室

◆第56回月例会

4月 24日(土) 14:00~ 町田市民フォーラム 4階 第2学習室