

2025年

# 3月 カレンダー 予定表

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1
2	3	4	5 当事者会 	6	7	8
9	10	11 フリースペース 	12	13	14 家族会 	15
16	17 当事者会 	18	19	20 春分の日	21 フリースペース 	22
23	24	25 家族会 	26 呼吸法 ヨガ 体験会 	27	28	29
30	31					

☆呼吸法・ヨガ 体験会 3月26日(水) 15:30~

《全て事前申込要》

《動きやすい服装・タオル・水分を持参してください：1時間程度》

☆家族会 14:00~15:30 (延長可)

☆当事者会 14:00~15:30

場所 浜田市総合福祉センター  
2階 和室

☆フリースペース

○11日 : 当事者のかた

○21日 : ご家族のかた

自分だけの時間を過ごしませんか

当日の連絡で構いません

13:00~16:00開放

2階 和室

ひきこもり相談

(概ね40歳~65歳未満の相談)

浜田市社会福祉協議会

浜田市野原町859-1 担当 金子

TEL 070-2687-7070

 dawning7070@gmail.com

開所時間 月曜日~金曜日9:00~17:00

(祝祭日 12月29日~1月3日を除く)