

2026年

5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	6	7	8	9
憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日		家族会 	
10	11	12	13	14	15	16
	当事者会 	呼吸法 ヨガ 体験会 	フリースペース 			
17	18	19	20	21	22	23
				当事者会 		
24/31	25	26	27	28	29	30
	家族会 		フリースペース 			

☆呼吸法・ヨガ 体験会 5月12日(火)

場所 浜田市総合福祉センター 2階 和室 **15:30~** (1時間程度)

《動きやすい服装・タオル・水分を持参してください》

《全て事前申込要》

14:30より

ヨガ体験会の始まる前
茶話会を開催します

お散歩や自由楽しく過ごす時間です
一緒に時間をすごしませんか♡

☆家族会 14:00~15:30

☆当事者会 14:00~15:30 } (延長可)


ひきこもり相談

(概ね40歳~65歳未満相談)

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)

☆フリースペース

◎13日:ご家族の方

◎27日:当事者の方

✿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