

2026年

7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		11
	当事者会 		フリースペース 			
12	13	14	15	16	17	18
		家族会 	呼吸法 ヨガ 体験会 			
19	20	21	22	23	24	25
	海の日 		家族会 		当事者会 	
26	27	28	29	30	31	
		フリースペース 				

呼吸法・ヨガ 体験会 7月15日(水)

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》

14:30より

茶話会を開催
ヨガ体験会始まる前の
一寸気楽に
おしゃべりタイム♡

☆家族会 14:00～15:30
☆当事者会 14:00～15:30 } (延長可)
《全て事前申込要》

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

◎8日：ご家族の方

◎28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