

2026年

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 当事者会 	5
6	7	8	9 フリースペース 	10	11	12
13	14 家族会 	15	16 当事者会 	17	18	19
20	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 家族会 	25 フリースペース 	26
27	28	29  呼吸法 ヨガ 体験会	30			

☆呼吸法・ヨガ体験会 9月29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》

☆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)

ヨガ体験会の始まる前 14:30より
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。
※今回は2階ボランティア室です!!

☆フリースペース

◎ 9日：ご家族のかた

◎ 25日：当事者のかた

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