

ひきこもり・不登校など こどものことで心配している ご家族向けセミナー開催!!

＜セミナーの予定＞

1回のみ参加申込みも可能です。

3月3日(金) 14:00~16:00

- ① 最近のひきこもり事情について
- ② こんなときどうする?
ひきこもり事例 ミドルエイジ編

4月7日(金) 14:00~16:00

- ① 保護者のための心の健康
- ② 手軽に運動♪ ヨーガ療法士によるヨーガ体験

5月12日(金) 14:00~16:00

- ① 対人関係を良くする話の受け止め方
- ② コミュニケーションでピンチを回避しよう

6月2日(金) 14:00~16:00

- ① 対人関係を良くする思いの伝え方
- ② スゴロクからはじめる自己表現



くらサポセミナー ヨーガを開催中

ヨーガ療法士の古市佳也先生を
月1回、お迎えします。

ご希望があればヨーガは常時やっています。
みなさまの健康増進にお役立てください。

- ♡ ゆっくりと優しいヨーガで乱れたこころと身体のバランスを整えていきます。
- ♡ (呼吸法・緊張と弛緩)
- ♡ 不安感や抑うつ感、こころの疲労、イライラ等混乱した精神状態を改善します。
- ♡ 肉体的には、体の緊張が緩み自律神経のバランスを整えます。
- ♡ 自己を客観視できるので自己コントロール力がつきます。
- ♡ (感情のコントロールがうまくなる。)

利用には一定要件があります。

お問い合わせは
くらしサポートセンター守口 まで
フリーダイヤル: 0800-200-8011

- ◆ 対象 ひきこもり、不登校、ニート、高校中退など、いじめのついで心配しているご家族
- ◆ 開催場所 守口市中央コミュニティセンター
- ◆ 開催時期 2017年3月~9月の第1金曜日(5月のみ第2金曜日) 午後2時~4時
- ◆ 講師 一般社団法人 Peer Pocket(ピアポケット) 臨床心理士
- ◆ 料金 無料
- ◆ 申込み・お問い合わせ先 くらしサポートセンター守口

『くらしサポートセンター守口』は変わりたい、変えたいを応援します。ひきこもり、不登校、ニート、高校中退などの保護者のみなさん! これからできることを一緒に考えませんか。

くらしサポートセンター 守口ニュース

vol.11
2017年2月

発行: くらしサポート
センター守口
〒570-0083
守口市京阪本通2丁目1-5
京阪川口ビル5階
フリーダイヤル
0800-200-8011
TEL: 06-6998-4510
FAX: 06-6998-4512

第11回『まんぷく食堂』 開店!!



▲インフルエンザ等の流行もあり子ども8人が参加。いつもより少ないメンバーでなごやかな時間が過ぎていきます。

1月29日のまんぷく食堂は、寒い日が続いていることもあり、メニューは野菜たっぷりな「カレーうどん」でした。あまりにもおいしくて写真を取り忘れてしまいました。あしからず。

ボランティアさん、就労準備支援事業の訓練生と一緒にサッカーやかくれんぼをしたり、また室内では、トランプやゲームを。また宿題が出来ていない子どもは宿題をしたり、それぞれの『まんぷく食堂』を楽しみました。今回は守口市民の方がお米、ジュース、お菓子の寄付、そしてボランティアとして「まんぷく食堂」に参加されました。皆さんありがとうございました。次回は2月26日(日)、3月26日(日)予定しています。

※私達は「子ども食堂」に取り組み幅広く周知することにより支援者、協力企業を増やし、守口市内全域に広げていくことを考えています。

主催: 守口子ども食堂実行委員会

構成団体: くらしサポートセンター守口(一般社団法人ヒューマンワークアソシエーション) / 認定NPO法人ふーどばんくOSAKA/山下