



日常の不安やちょっとしたストレスをシェアしませんか？皆で話してリフレッシュできる場所です！飾らない自分を出せる場所を一緒に楽しみながら探しませんか？

4月 のご案内

協力：NPO法人お客様がいらっしゃいました。

協力：助産師 萱場友莉江（かやばゆりえ）

主催：NPO法人プラッツ **こころく**



月間テーマ：新生活

「セルフケア」について語り合いませんか？
新生活の準備でバタバタする時期ですね、皆さん、
ご自身のケアはどうしていますか？
セルフケアで自分を大事にする方法をお話できたら
と思っています！



4月8日（水）14:00～16:00

第2水曜日 14:00～16:00

お友達同士や、親子（大きくても小さくてもOK!!）
でお茶しながら過ごせるフリースペースです。
もちろん1人でもお気軽にどうぞ！
ミニ相談コーナーもあります！

「学生や働く世代のための語らいの場」

4月24日（金）18:00～20:00



第4金曜日 18:00～20:00

学生や働く方が帰りに立ち寄れる
語らいの場です。
相談もお気軽にどうぞ。

お問い合わせ

多くの方にご参加いただけるよう、
スタッフが準備いたします！
そのため、事前に公式LINEへのメッセージ
または、お電話にて、
以下をお知らせいただけますと助かります！

- ①お名前
- ②(親子参加の場合)子供さんの年齢
- ③参加人数



ココいこ広場
公式LINEアカウント

ID: @114tdazm



(0774)
95-7902

※受付時間※
平日 09:00～17:30
(担当マツノブ)

毎月広場の内容をお知らせします！
参加申し込みやお問合せも
こちらからどうぞ！
是非友達追加してください！

*この事業は精華町の委託により実施するものです