



こころのお悩み **無料**相談



こころにお悩みや不調はありませんか？
一人で抱え込まず、お気軽にご相談ください。

なかなか悩みを吐き出せない…
誰かにつらい気持ちを分かって欲しい…
人間関係への悩み… 日々の疲れやストレス…
気持ちが落ち込む… 眠れない…

日にち	第1回	9月16日(祝・月)
	第2回	10月22日(祝・火)
時間	10時～16時	
場所	NPO 法人ふらっとコミュニティ 日中一時支援事業所 ひだまり 宇部市海南町2-58-1 OXビル3階 (カッターの湯 と セブンイレブン の間のビル)	
お電話	0836-21-1552 (予約は要りません)	

NPO 法人ふらっとコミュニティ
0836-21-1552 <https://www.flatcommunity.net/>

メンタル訪問看護ステーション心愛夢 (conamu)
0836-21-1560 <https://conamu.net>



事業所紹介と地図は裏面に

ひだまり(日中一時支援事業所) ひだまり

皆さんが役割をもって、主体的に活動できる日中一時支援事業所です。
 だれでも、いつでも利用でき、自分らしくいられる場所です。
 ティサービスやナイトケア(みんなで夕食を食べます)、女子会なども行っています。
 また、ひきこもりの方やそのご家族への支援も行っています。

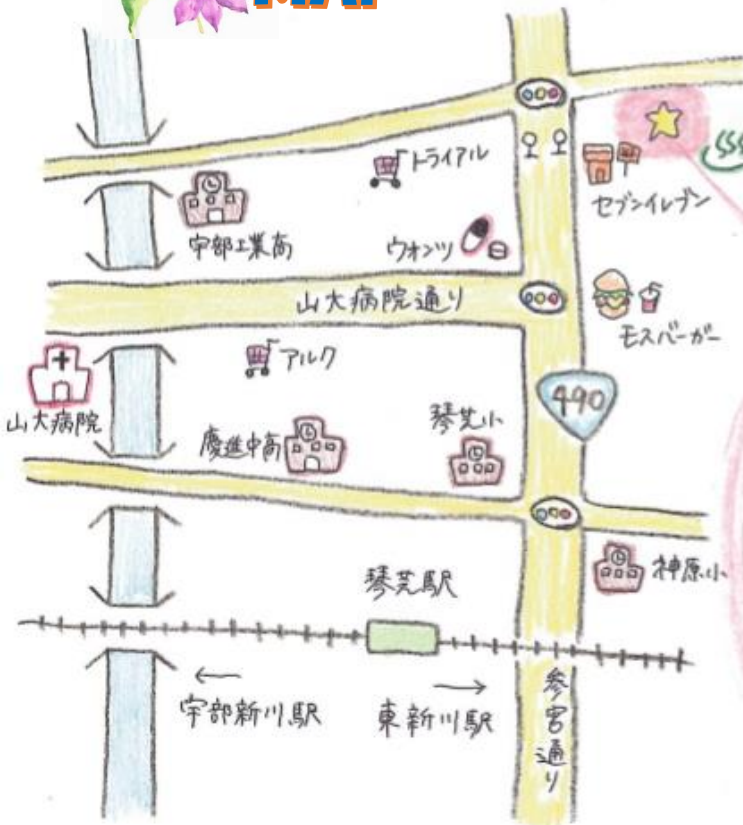
メンタル訪問看護ステーション こなむ 心愛夢



様々な生きづらさをお持ちの方、心のケアを必要とされている方々の
 暮らしの場に訪問し、相談をお受けし、サポートさせていただいています。
 精神的な問題に対して、看護師らが専門的なケアを行います。
 ご本人、ご家族の生き方に合わせた支援、温かい看護を目指しています。



MAP



オックス
 OXビル の 3階 です。
 向かい 左側の 入り口から
 お上がりください。

