



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…

	第1回	第2回
日にち	12月9日(月)	令和 2 年 2 月 11 日(祝・火)
時間	10時30分～13時30分	10時00分～16時00分
場所	TOKiSMA (常盤町1丁目スマイルマーケット) 宇部市常盤町1丁目 旧井筒屋宇部店	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。

