

「こころの健康講座」に参加しませんか？

こころの病気は、多くの場合、最初は誰でも経験するような軽い症状から始まります。例えば「眠れない」「食欲がない」などといった症状です。こころの健康についていっしょに考え、精神障がいの方を支えるボランティアとして活動してみませんか？*第1部の参加だけでも大丈夫です。

◆日時【第1部】講演会「うつ病の基礎的な理解について」

平成22年1月21日（木）午後2時～4時

【第2部】ボランティア講座

第1回 「傾聴講座」

平成22年1月27日（水）午後2時～4時

第2回 「当事者の話」

平成22年2月3日（水）午後2時～4時

第3回 施設等で体験

平成22年2月8日（月）～12日（金）

いずれか都合の良い日の午前又は午後

第4回 交流会[情報交換]

平成22年2月17日（水）午後2時～4時



◆場所 市民プラザかぞ

◆参加費 無料 ◆定員 10名 ☆申し込みは社協まで…



ファミリー・サポート・センターからのお知らせ



保育サービス講習会を開催します！

ファミリー・サポート・センターでは、子育てのお手伝いをしてくださる「まかせて会員さん(協力会員)」を募集しています。子育ての経験をもう1度地域で生かしてみませんか？



【日時】 2月4日（木）午前10時～12時

【場所】 生涯学習センター 2階：視聴覚室

【内容】 「保育サービスについて」

講師：清瀬市ファミリーサポートセンター
アドバイザー 小俣みどり先生