

山形県で暮らす  
避難者の  
みなさまへ

# うつくしま会 8月のご案内

「うつくしま会」は、季節が感じられる四季折々の催しを通して日々の暮らしをちょっぴり楽しく過ごしたいと願うみなさまにお届けしたい、「つどいの場」です。

## 自分を癒すメンタルケア

自分で自分をたいせつにしていますか？  
こころのケア、セルフケアについて  
お茶を飲みながらお話ししましょう。  
心理カウンセラーがみなさんのお話を  
お聞きします。

担当：田村のり子  
(心理カウンセラー)



日時：8月21日(日)  
13:30～15:30  
場所：山形市総合福祉センター  
1F 会議研修室  
参加費：500円

下記の電話・メールへ8月16日(火)までにお申し込みください。

## 思い出を飾りましょう フォトスタンド作り



海、山、夏祭り・・・

たのしい夏の思い出を飾るフォトスタンドを  
手作りしてみませんか。

30分程度の製作時間でお作りいただけます。

日時：8月28日(日)  
13:30～15:30  
場所：天童市市民文化会館  
第5会議室  
参加費：500円

下記の電話・メールへ8月23日(火)までにお申し込みください。

## お茶を飲みながら バッチフラワーレメディを お試しいただけます

ご希望の方は、8/21(日)、8/28(日)  
両日とも、飲み物などに入れてお試しいただけます。  
(2週間分のお試しボトルをご希望される方のみ、  
ボトル代として別途1000円頂戴いたします。)

自然由来のエッセンスが  
乱れた心や否定的な感情  
にやさしく働きかけます。



主催：特定非営利活動法人 コミュラボ - 地域生活研究所  
一緒に活動して下さる方も募集しています。詳しくはお問い合わせください。

お問合せ：【電話】090-3983-6945(岡崎)  
(お申込み) 【E-mail】commulabo@gmail.com



特定非営利活動法人  
**コミュラボ**  
Community Laboratory  
地域生活研究所