

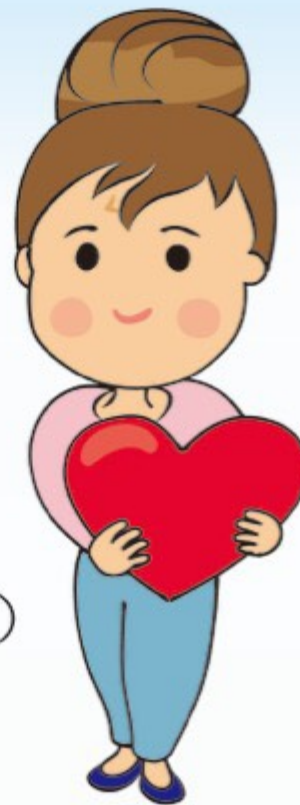
うつくしま会
7月のご案内

「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。

こころとからだ
らくらくお茶会
～コミュラボカフェ～



日時 7月23日(日)
13:30～15:30
場所 山形市総合福祉センター
3階 第4会議室
参加費 500円
申込締切 7月21日(金)



「ストレスの解放」について
「よし、頑張るぞ」と前向きな
気持はとても素晴らしいことですが、ぐっと堪えてしまうことが我慢になっていたら要注意です。
我慢するのではなく、見方を変えて見ること、感情を手放すことなど自分でストレスを開放する方法や、リラックスするコツについてハーブティーを飲みながらお話ししましょう。

下記の連絡先(電話、Eメール)
までお申込みください

当日は、フラワーバッチレメディもお試しいただけます。

お茶に数滴入れて飲むことで、ゆっくりとその人らしい心の状態に戻るお手伝いをします。

フラワーバッチレメディは、世界 60 カ国以上の国々で使われている自然療法の一つです。

副作用はありませんので、赤ちゃんからお年寄り、ペットなどにも使われています。

2週間分のトリートメントボトルをご希望される場合、ボトル代 1,000 円でお作りできます。



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