



# 「小さな集まり」のご案内

この集まりでは、グループでの活動をとおして、対人関係やストレスとの上手な付き合い方を学ぶとともに、社会復帰や社会生活の不安軽減を目指していきます。

対象となる方：社会復帰や社会生活に不安を抱える方

日時：原則毎週火曜日 13:30~15:00

場所：岩手県福祉総合相談センター 4階デイケアルームまたは2階小会議室

内容：グループでの語り合いなど

（グループでの話し合いにより、内容は変更となる場合があります）

月	日にち					場所
4月		7日(火)	14日(火)	21日(火)	28日(火)	4階 デイケア ルーム
5月		12日(火)	19日(火)	26日(火)		
6月	2日(火)	9日(火)	16日(火)	23日(火)	30日(火)	6月~9月は 2階 小会議室
7月	7日(火)	14日(火)	21日(火)	28日(火)		
8月	4日(火)		18日(火)	25日(火)		
9月	1日(火)	8日(火)	15日(火)		29日(火)	4階 デイケア ルーム
10月	6日(火)	13日(火)	20日(火)	27日(火)		
11月		10日(火)	17日(火)	24日(火)		
12月	1日(火)	8日(火)	15日(火)	22日(火)		
1月	5日(火)	12日(火)	19日(火)	26日(火)		
2月	2日(火)	9日(火)	16日(火)			
3月	2日(火)	9日(火)	16日(火)	23日(火)		

## 申し込み方法

事前に当センターに電話でご連絡いただき、個別面接を実施したうえで参加いただきます。  
なお、医療機関に通院中の方は主治医の承諾が必要です。

## 問い合わせ先

岩手県精神保健福祉センター（岩手県ひきこもり支援センター）

住所：盛岡市本町通3-19-1 電話：019-629-9617

