

水戸市ひきこもり居場所事業

# ぶらんけつと



「ぶらんけつと」はほっとする居場所です。おしゃべりをしたり、一緒に活動すると心が軽くなります。ほんのひと時ですが、一緒に過ごしてみませんか？

お気軽にお越し下さい。

外出したいけど  
人の多いところは  
緊張する.....

人と話すのは  
苦手だけど  
話してみたい！

部屋から出て  
少しずつ社会に出る  
練習をしたい！！

日 時

毎月2回 第2・4水曜日  
午後1時30分～3時

場 所

水戸市保健所または茨城県立健康プラザ

活動内容

ゲーム、卓球、バドミントンなど...  
参加する方の希望に合わせてプログラムを一緒に  
作っていきます。

申 込 み

参加を希望される方は事前に面接を行います。

問 合 せ

〒310-0852  
水戸市笠原町 993-13  
水戸市保健所 健康づくり課  
TEL：029-243-7311