

テーマ「ストレス解消」

今年度より年4回（6月、9月、12月、3月）第3金曜日の夜に精神障害・発達障害のある方向けの会を開催します。第1回目は「ストレス解消」をテーマに話し合います。テーマに沿って自分が思っている事や実践している事などの意見を出し、また他の人の意見を聞き、明日の活力に繋げていく時間にしましょう。

2023年 6月16日 **金** 18:30▶19:50

参加費：33円
（行事保険代）

場所

すみだ障害者就労支援総合センター 2階
あつたまろんホール

〒130-0021 墨田区緑4-25-4

対象

あつたまろんすみだに登録している
精神障害・発達障害のある方（定員10名）

※精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方

内 容

※途中入退室自由

- 1 テーマ「ストレス解消について」
～ストレス発散したい時って、どうしてる？～
- 2 会の愛称をみんなで考えよう！

お問い合わせ・申込み

すみだ障害者就労支援総合センター
就労生活支援 あつたまろん すみだ

電話：03-5600-2004

FAX：03-5600-3280

メール：seikatu10@sumida-ganba-work.com

申込み：センターもしくは担当者へ連絡をお願いします。



電車：JR総武線・東京メトロ「錦糸町」駅から徒歩約8分
バス：「緑三丁目」バス亭から徒歩約6分
「亀沢四丁目」バス停から徒歩約6分