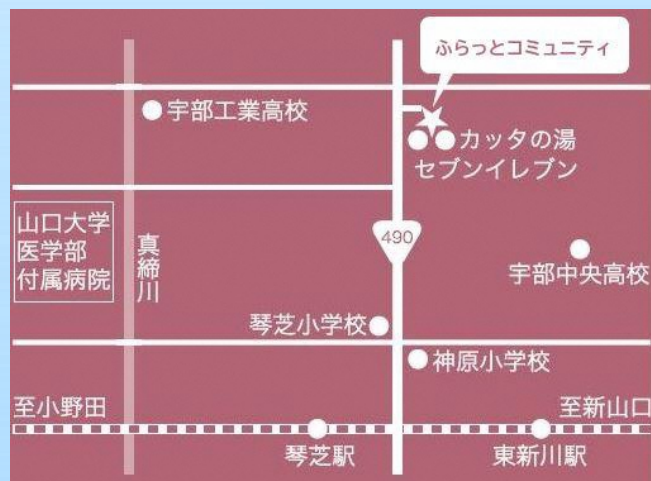


NPOふらっとコミュニティ®とは

ふれあい。それは人と人との関係の中で心を回復するための合言葉です。自分 **ら**しさを尊重し、自分にも他人にも思いやりのある関係を持ち続けるために、**つ**ながりを大切にしています。誰もが生きていく中で心が疲れることもあることでしょう。“ふらっと”は人と地域と **と**もに歩んでいきます。私達と共に、自分らしく、生き生きとした人生のプランを考えてみましょう。

MAP



NPO法人



ひだまり



事務局 〒755-0038
山口県宇部市海南町2番58-1
TEL&FAX 0836-21-1552
(月・火・水・木・金 9:00~17:00)
E-mail f-hidamari@juno.ocn.ne.jp
URL:<https://www.flatcommunity.net/>

“ふらっと”な物語

ひきこもり相談支援

「ひきこもり者」とその家族の支援を行っています。

家から出ない、親と口を聞かない、ゲームばかりしている、何を考えているか分からない、将来が不安と悩んでおられるご家族は気軽にご相談ください。家族心理教育、アウトリーチ（訪問支援）も行っていきます。

月3回程度（要予約）

日中一時支援事業

自分らしくいられる場所の提供を行っています。プログラムはなく、個人の希望に応じて利用していただけます。

仲間との交流、就労準備などに役立ちます。

毎週(月)・(火)・(水)・(木)・(金)
9:00～17:00

ひだまりdeランチ

一緒にランチを食べ、ほっとするひと時を過ごしましょう。たこ焼き・燻製作りなど参加者で作ることもあります。食材費として実費負担です。

女子会やっています！

茶道体験、ヨガ、美容教室や趣味活動など、女性同士だからこそ共感できる楽しいひと時があります。

個人の能力を高めます

スポーツ、パソコン教室、木工、ビジネス講座、季節行事（花見、初詣、文化祭）など、利用者のニーズに応じて色々な活動を行っています。

（新聞作り・行事の飾り付け・予定パンフレット作りなど自主な活動もしています）。

旅行

年に一度、当事者のみんなで計画を立てて旅行に行っています（一泊または日帰り）。これまで、雲仙・大分・秋吉・柳井など色んな所に行きました。

ふらっとーク

就労準備支援事業の一環としてビジネスマナー講師による勉強会です。

多岐にわたる相談支援

生活上の困りごとなどお気軽にご相談ください。社会資源活用、就労支援、日中の過ごし方などについても相談に応じます。

毎週(月)・(火)・(水)・(木)・(金)
10:00～16:00

当事者のグループ活動

それぞれ生きずらさを抱え、自分の話しをすることや、他の人の話しを聞くことで気が楽になることがあります。

自分が前に進むため、また他者が前に進む手助けをするため、様々な思いを持って参加しています。

いつでもご相談ください。
お待ちしております。