

山形市避難者交流支援センターより お知らせ No. 220

行政相談窓口

福島県相談窓口



小さなご質問でも遠慮なくお越し下さい

福島県の支援策や、福島県へ帰還する際の住まい・学校に関すること・生活再建に関すること、その他相談等お気軽にご相談下さい。

- ◇ 開催日： 第1・第3 木曜日 午後1時30分～午後4時
- ◇ 今後の予定： 2月20日(木) 3月5日(木) 19日(木) 4月9日(木)

福島市相談窓口

- ◇ 開催日： 第1 水曜日 午前10時30分～午後3時
- ◇ 今後の予定： 3月4日(水) 4月8日(水)

※ 相談の他、子ども医療費等の申請提出にもご利用ください。

センターイベント

自律神経を整えてHAPPYを作ろう

- ココロとカラダとアタマの優しい関係 -



不平不満が出るのも、物事をネガティブに捉えてしまうのも、他人の不幸は蜜の味なのも、ストレス反応としての体調不良も、全て、脳や、カラダが、自分の身を守るために起こしている反応です。
そんなココロとカラダとアタマ(脳)の関係を、ざっくりと理解していただいて、自分を慈しむ糸口にしてください。

- 開催日時 2月27日(木) 午後1時30分～午後3時30分
(内:講座は1時間30分程度 残り時間は、お茶の時間ですが参加自由です)
- 講師 心理カウンセラー
庄司 あき子 氏 (元 山形市避難者交流支援センタースタッフ)
- 場所 山形市避難者交流支援センター
- 対象 避難されている方及び支援者 ○申し込み:不要

「浜通り交流会」も同時開催いたしますが、ご興味のある避難中の方はどなたでもご参加ください。

※「浜通り交流会」開催時間は、午後1時30分～午後3時30分までとなります。

就労

ふくしま就職相談会を開催します

春に帰還予定の方、就活の取り組み方や就職に関する情報収集にご利用してはいかがでしょうか。

- ☆ 日時 2月20日(木) 午後1時30分～午後3時30分
3月19日(木) 午後1時30分～午後3時30分
- ☆ 場所 山形市避難者交流支援センター ☎023-625-2185

予約時(2日前まで)に知りたい内容をお伝えして頂きますと担当が準備いたします。

☆山形市避難者交流支援センター 2/9 ~ 2/29 の予定

日	月	火	水	木	金	土
9 日曜カフェ こども day! 「チョコレート フォンデュ」	10 休	11 建国記念の日 (開館)	12	13	14	15
16	17 休	18	19	20 福島県 相談窓口 ふくしま就職 相談会	21 まちの保健室 さとカフェ	22
23 天皇誕生日 (開館)	24 振替休日 (開館)	25 休	26	27 浜通り交流会 自律神経を整 えてHAPPY を作ろう	28	29

協力:山形県看護協会

まちの保健室

- 日時 2月21日(金) 午前10時~正午
- 内容 体組成計 血管年齢 血圧測定
ハンドマッサージ



まちの保健室では、前回より握力計を準備いたしました。握力は全身の筋力と関連するのでご自分の健康状態を知ることに繋がります。

おひごと!

1月の「こども day!」で「な~んちゃって羽子板」作りに挑戦しました。こどもらしい夢のある作品や、芸術的な素敵な作品が多数出来上がりました。

2月中旬頃まで当センターに展示しておりますので是非ご覧ください。



福島県相談窓口 13:30~16:00 申込不要
ちいさなご質問・ご相談も遠慮なくどうぞ

ふくしま就職相談会 13:30~15:30
就職活動応援します 申込〆切 2/18日

さとカフェ 10:00~15:00 申込不要
美味しいお茶を準備してお待ちしています

日曜カフェ 10:00~15:00 申込不要
チョコレートフォンデュ (13:00 まで) をお楽しみ下さい。

こども day! 10:00~13:00 申込不要
チョコレートフォンデュに挑戦!
材料がなくなり次第終了



浜通り交流会 13:30~15:30 申込不要
講座「自律神経を整えてHAPPYを作ろう」同時開催
します 是非ご参加下さい

山形市避難者交流支援センター

開館時間 午前9時30分 ~ 午後5時
月曜日休館 (月曜日が祝日の場合は翌日休館)
〒990-0075 山形市落合町1
山形市総合スポーツセンター3F
TEL 023-625-2185 FAX 023-625-2191
避難者定住サポート窓口開設中