

# ココロとカラダのリラックスサロン

大人も子どもも楽しめて、またいろんな相談もできる会です。  
暮らしの情報も手に入ります。ぜひ、お気軽にお立ち寄りください。

※プログラムは一部変更の場合があります。



おひな様の飾りのコーナー  
記念撮影もできるよ!

## キッズコーナー

ボランティアの見守りのもと、  
子どもたちが自由に遊べます。

## 万華鏡づくり

万華鏡づくりワークショップによる交流。  
ふるってご参加ください。

## カラダのリラックス

指  
圧  
(多才療法)

(一人15分 先着順)

アロマ  
マツダー  
ハンド  
マッサージ

(一人10分 先着順)



## 親子イベント

親子で一緒に楽しみましょう!

- バルーンショー  
(20~30分)
- わらべ歌とおはなしの世界  
(40~45分)
- パネルシアターと紙芝居  
(40~45分)
- セルフ・エクササイズ  
(20~30分)
- みんなでストレッチ  
(5~10分)



## バルーンアート、スクラップブック

バルーンアート体験のワークショップ、  
スクラップブックのワークショップ

## 活動展示スペース

避難者支援プラットフォーム構成団体の活動PR 等  
あなたの知らない支援があるかもしれません!

## 健康コーナー

どんな小さなことでも、なんでもご相談ください。

健康・医療相談・  
ココロの相談  
(医師・保健師・臨床心理士など)



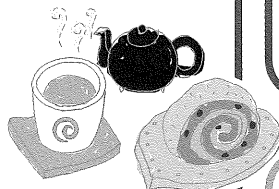
血圧・骨密度測定  
(医師)

あなたの  
お話を聞きます  
(僧侶・精神保健福祉士)

## Cafe交流スペース

お茶でほっこりしながら、楽しい交流を!

- 抹茶・日本茶の淹れ方教室  
お茶屋さんから学ぶお茶の知識
- コーヒーの淹れ方教室  
ちょっとした工夫でこんなに美味しく!
- スイーツ【先着70名】、アレルギー対応のお菓子、  
ジュースなどなど、お楽しみください



## 各種相談コーナー

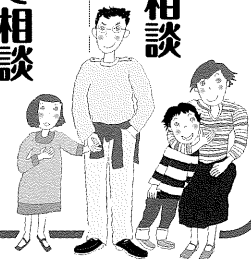
いろんな悩み、なんでもご相談ください。

行政手続き・法律相談・  
ライフプラン

生活・就労に関する  
幅広い相談

育児、子育て相談

進学・教育相談



## 乳児コーナー

必要に応じて保育士が、乳児をお預かりします。

これまで避難者支援に関わってきた民間支援団体(約20団体)と有志のボランティアによるイベントです。