

# 3月 家族のつどい

～ 心とからだのリフレッシュ ～

早いもので、令和7年度家族のつどいの最終月となりました。  
3月のつどいは、からだのリフレッシュとして、椅子に座ってできる、スローエアロビックの体験と、1年間の振り返り、これからも家族が元気に過ごせるように、一緒に考える時間にしましょう。

後半は、参加した方々が、自由に思いや悩みを語り合う時間を予定しています。

日時：令和8年3月19日(木) 14:00～16:00 (研修室)

※つどいに初めて参加される方は、事前面談が必要です。

※当センターの駐車場は使用できません。

福岡県ひきこもり地域支援センター(福岡県精神保健福祉センター内)

連絡先:TEL 092-582-7530

住所:〒816-0804 春日市原町3丁目1-7 南側2階

