

# 女性だけのメンタルヘルスケアグループ

## レインボーキャリア会

### こころの元気+ サークルズ

レインボーキャリア会は、精神障害をお持ちの女性が抱えている気持ちを話せる場です。  
いろいろなテーマを語り合いながら、日常生活で小さな希望が生まれるようになれば、理想です。

日 時 ①令和3年4月3日(土) ②令和3年6月5日(土) ③令和3年8月7日(土)  
④令和3年10月2日(土) ⑤令和3年12月4日(土) ⑥令和4年2月5日(土)  
午後1時から午後3時半まで

\*新型コロナウイルス感染症の状況などによっては、中止となることがあります。

開催の決定については、下記問い合わせ先まで、問い合わせください。

内 容 精神障害ならではの苦労や日常生活の工夫を分かち合うようなおしゃべりが  
できる会にしていきたいと思っています。

対 象 精神障害をお持ちの女性のみ

定 員 10名(先着順)

参 加 費 無 料

参加申し込み 不 要

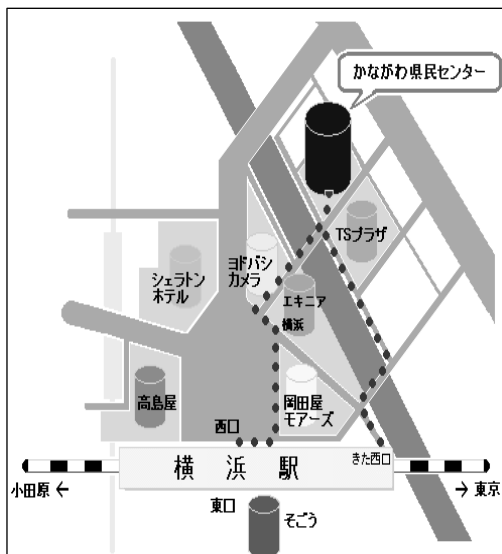
持ち物 筆記用具

\* コロナウイルス感染防止対策のため、マスク着用、手洗いの徹底、健康管理のお願いをしております。

場 所 かながわ県民活動サポートセンター15階 セルフヘルプグループ第1相談室

問い合わせ先 レインボーキャリア会 前田 暖子 TEL: 070-5589-0840

Mail: [inforainbowcareers@gmail.com](mailto:inforainbowcareers@gmail.com)



#### 交通アクセス

JR線、京浜急行線、  
東横線、みなとみらい線、相鉄線、  
横浜西口より徒歩5分、  
横浜駅きた西口より徒歩3分横浜市営地下鉄線  
地下鉄横浜駅出口8番から  
地下街を通り、中央モールを  
左折し、北6番出口を出て徒歩2分