

思春期・青年期本人グループ

「午後のティーサロン」 に来てみませんか？

出かけるのがいやになってしまっていないですか？
出かけたくても出かけられなくなってしまっていないですか？

でも、外に出るのはこわくないかも…
人と関わるのはこわくないかも…
外に出るのは楽しいことかも…
午後のティーサロンはそんな方のための居場所です



10代後半から30代半ばくらいまでの方が、少人数で集まっています。気軽な気持ちで来てみてください。

内容：参加者の皆さんで話し合ってプログラムを決めています。
お茶を飲みながら話をしたり、DVD紹介、音楽鑑賞、カードゲーム、ボードゲーム、お菓子作り、センター周辺の散策など。

日時：各月の月曜日2回実施（詳しくは下記参照）
午後1時半から3時半まで ※参加費無料。交通費等かかる場合があります。

場所：東京都立精神保健福祉センター
〒110-0004 東京都台東区下谷 1-1-3

個別面接を行ってからご参加いただいています。まずはお電話にてご相談ください。
関係機関の方からの問い合わせも受け付けています。

都立精神保健福祉センター こころの電話相談 03(3844)2212

【令和8年度の予定】

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
13日	11日	8日	13日	17日	14日	19日	9日	7日	18日	8日	8日
27日	25日	22日	27日	31日	28日	26日	30日	21日	25日	22日	29日