

悠遊寛緩の

## お話聴きますカフェ

「素の自分」になれる場所を目指す傾聴カフェです。  
話したくても話す相手が見つからない.....そういう話を、  
集まった人たちでお互いに聴き合いませんか？  
他に誰もいないときはスタッフが相手します。お気軽にお越しください。

### 2023年～ 開催日時

5月まで原則 第2土曜日、第4金曜日 (10:00～16:00)

6月から原則 第2金曜日、第4土曜日 (10:00～16:00)

※2023年4月の1回目は1日(土)、芸術ホール・リハーサル室で開催します。  
詳しくは世界自閉症啓発デー in Hakodateリーフレットをご覧ください。  
※他にも例外があります。ホームページまたは新聞をご覧ください。

### 中島れんばいふれあいセンター 2F 会議室D

参加費 : 500円 (飲み物1杯つき)  
飲み物おかわり : 大200円 小100円

- ご予約は不要です。直接会場へお越しください。
- スタッフによる個別対応も別日程で可能です (有料)。

### 諸注意

- ❖ 食べ物の持ち込みOKです。1F ほっとCaféの飲食物も持ち込み可能です。
- ❖ 飲み物が不要でも参加費はいただきますのでご了承ください。
- ❖ マイカップ持ち込みOKです！ 共用や使い捨てが嫌な方はぜひ！

スタッフプロフィール ふたりとも傾聴ボランティア経験があります。

安藤 瑞穂：1983年生まれ。自閉スペクトラム症当事者・性別不合（体は女性）。  
会社勤めを諦め、自営業でアロマセラピー講師やデータ入力業務などを行っている。

安藤 とし子：瑞穂の母親。1955年生まれ。道南ひきこもり家族交流会を中心に活動。  
ひきこもり当事者やその家族へのはがきによるアウトリーチ支援を実践中。

お問い合わせ：TEL/FAX : 0138-76-7337 (TELは安藤とし子のみ対応)  
メール : info@yuyukankan.net (悠遊寛緩 代表 安藤瑞穂)