

NPO法人スピリッツ

ほっとサークル

こころがトゲトゲ・もやもや
していませんか？

参加費
500円

ほっとサークルは
自分のために自分に向き合い気持ちを解放する
サークルです

参加資格
どなたでも

参加費500円

日時
奇数月第4火曜日
10時から12時

場所
千葉市美浜区
ボランティアセンター
活動室

サークル内容！

- 自分を理解する自己理解のワーク
- 自分を受け入れ好きになるワーク
- SGEによる
コミュニケーションワーク
- 制作（材料費がかかる場合は材料
費をいただきます。）

傾聴をご希望の方は
30分傾聴いたします
事前にご予約ください

傾聴のみのご利用は
ご遠慮ください

NPO法人スピリッツ

お問い合わせは

MAIL info@spirits-chiba.org

Instagram [Marutto360](#)
スピリッツのイシマル



@MARUTTO360

サークルの流れ(事前にお問い合わせください)

傾聴をご希望の方

- ①自己紹介
- ②傾聴30分
- ③ワーク
- ④フリートーク

傾聴を希望されない方

- ①自己紹介
- ②ワーク
- ④フリートーク

参加費
500円

日時：奇数月第4火曜日10時～12時

場所：千葉市美浜区ボランティアセンター活動室

住所：千葉市美浜区真砂5-15-2

(美浜区保健福祉センター2階)

NPO法人スピリッツ

NPO法人スピリッツは、カウンセラーが立ち上げた団体です。
そのため心に関する活動を行っています。

活動内容

傾聴講座講師

コミュニケーション講座講師
有料です

傾聴サークル

参加費：500円
対象：傾聴基礎講座を終えられた方

ほっとサークル

参加費：500円
対象：どなたでも

あんそれいゆ・みはま

参加費：無料
対象：お母さん

NPO法人スピリッツ

お申込み・お問い合わせは下記のMAILへご連絡ください



info@spirits-chiba.org

Instagram

Marutto360

スピリッツのイシマル

