



セルフヘルプツール おどろぐばこ



HANAYURA

生きづらさや働きづらさを感じている人向け。
自分の気分の波への備え方をみんなで考えましょう！
お茶飲みながらお菓子食べながら気軽にお話しましょう♪

next round

毎月 第1・第3 水曜日 13:00~16:00

2026年 5月 6日、20日 6月 3日、17日

7月 1日、15日 8月 5日、19日 9月 2日、16日

10月 7日、21日 11月 4日、18日 12月 2日、16日

2027年

1月 6日、20日 2月 3日、17日 3月 3日、17日

@CHIBA-LABO

(千葉市中央区中央 2-5-1 千葉中央ツインビル 2号館 7F)

timetable

entry fee

12:45 - 受付開始
13:00 - 16:00 テーマトーク
交流会

1回 ¥500 (飲み物・お菓子付き)
➤ お支払いは現金のみとなります。

WRAP ファシリテーター、ひきこもり経験者が運営するお話し会です

落ち込んだ事がある方なら、どなたでもご参加いただけます！ひきこもり経験の有無に関わらず、お気軽にお申込みください。

お申し込み



お問合せ



はなゆら 石丸あゆら (WRAP ネーム: はな)



※ おどろぐばこは、千葉市ひきこもりサポート事業の認定を受け運営を行っています。