



みんなのサロン

＜みんなのサロンとは＞

みんなで一緒にやりたいことを考えて活動する利用者の為の場です

2026年11月14日（土）
14：00～16：00

まじめなしゃべい場

テーマは、「自分をケアする」です。

前半は、利用者さんから要望のあったテーマで座談会です。
「自分のことを嫌いになってしまうことはありませんか？」
皆で気持ちを分かち合えたらと思います。

後半は、整体サロンを開業している利用者さんが企画してくれました。
「セルフラブのワーク」です。
自分の手を使ってセルフケアをする方法を紹介してくれます。

○場所 ：ここからねっとルーム

（町田市森野2丁目10-5 モリノコタン101）

○参加費：一般1,000円（会員500円）

○定員 ：4～5名程度（2名以上で実施）

○お申込み締め切り：11月12日（日）