

松戸市 松戸・東北交流プロジェクトサロン
「黄色いハンカチ」&街角ほっとタイムカフェ「散歩びより」

◆毎週 月・火・水・木 10:00～16:00 オープン

★3/5(火) 13:30～歌の日キーボードのメロディで楽しく歌おう

★3/6(水) 13:30～折紙クラブ 春の訪れを折ってみよう

★3/7(木) 11:00～東日本大震災 特別法要 松戸園慶寺
集合時間・場所:10:30 JR 松戸駅改札前
路線バスで現地へ移動
参加費:500円(昼食代込み、交通費別途)
定員:30名(避難者だけでなく市民も参加できます)
内容:特別法要、昼食(交流会)
坂川沿いの河津桜見物(希望者)
申込締切り:2月28日(木)
*直接行かれる方は11時までに来場してください。
園慶寺住所:松戸市松戸481-1

★3/10(日)
3.11を私たちは忘れない 東日本大震災被災者支援
「大うたごえ喫茶」Part4 新宿ともしび in 松戸 開催
新宿ともしびメンバーのリードによるうたごえ、相馬市立飯豊小学校の前校長 高橋誠先生の講演 テーマ『相馬のいま』
会場:松戸市市民会館
時間:開場12:30 開演13:00
参加費:前売り大人1,500円(当日2,000円)
高校生以下500円
*避難者は無料でご招待
*500円は被災者支援活動のカンパになります。
定員:1000名申込先着

★3/11(月) 10:30～健康マージャン

★3/12(火) 13:30～カラー講座 豊かな色彩の世界

★3/13、27(水)
10:00～健康マージャン みんなで指先や頭を使って活性化
13:30～囲碁クラブ 初心者も経験者も楽しく交流

★3/14(木) 13:30～お茶の文化と歴史を学ぶ

★3/18(月) 10:30～絵手紙教室 季節の様子を描こう

★3/19(火) 13:30～折紙講座
平面から立体の美しさにチャレンジ!

★3/20(水)または21(木)(後日決定) 14:30～防災講座

★3/21(木) 11:00～広域避難者交流会
気兼ねなく集まってほっとできる時間を過ごそう

★3/26(火) 10:30～押し花教室 植物の変わりゆく美を表現

※《予約制》講座参加費500円(講座により材料費別途)
すべてカフェでのお茶&お菓子付き

※毎週金曜日:相談デー《予約制》
担当:古宮 090-9963-8980

申込み・問合せ:黄色いハンカチ サロン
サロン住所:松戸市東平賀7-2-102
☎ 047-710-5519 Fax 047-710-5546

松戸市 「ともにいきる会」

★3/6(水) 10:00～粘土教室*1
誰にでも出来る手に優しい粘土教室
参加費:300円

★3/11、12(月、火)
浪江町東日本大震災八周年追悼式参加
会場:如水典礼さくらホール
(浪江町大字高瀬字原田2)
時間:13:30～
参加費:5,000円
*3/11「いこいの村なみえ」宿泊
*3/12 現地を視察した後、千葉へ。
*詳細、問合せ下記(森川まで)

★3/20(水) 10:00～手作り品販売会
会場:五香駅西口(新京成線)
サンロード五香商店街、珈琲館前
※天候により中止とすることがあります。

★3/22(金) 10:00～粘土教室*1
誰にでも出来る手に優しい粘土教室
参加費:300円

問合せ・申し込み:090-8785-1318(森川)
《*1の開催場所》
ともにいきる会集会所
松戸市常盤平 5-17-10 シャルネ 95-808

千葉市 わかば「お茶っこ」しよう会

◆毎週月・金 10:00～16:00 お茶っこカフェオープン

◆3/1、8、15、22、29(金)
◆3/4、11、18、25(月)

★3/23(土) 映画上映会「太陽の蓋」
福島原発事故、史上最悪の危機を迎えた日、官邸内で何が起きていたのか、福島や東京に住む人たちは?
記者の目を通して事故後5日間の真実に肉薄するポリテicalドラマです。原発事故がもたらした様々な被害。8年にわたる避難生活。もう一度この事故の記憶を自分たちのところに引き寄せて、原発について考えたいと思います。

会場:千葉市生涯学習センター地下小ホール
時間:13:30～15:50(休憩10分)
16:00～16:30 意見交換
参加費:500円

問合せ:わかば「お茶っこ」しよう会
電話 080-6501-7113 Email:ochako@outlook.jp

習志野市 竹宵の会「にんじんカフェ」

★3/6(水) 11:00～15:00 食事会*地図上①
会場:菊田公民館(京成津田沼駅から徒歩3分)
11時集合、12時から食事
参加費:600円(食事とお茶)

★3/11(月) 13:30～16:00*地図上②
3.11 東日本大震災の追悼イベント 雨天中止
☆被災地・避難者を決して忘れない!
会場:京成津田沼駅前、南口広場
内容:午後2時46分黙とう!
追悼の歌や演奏、フラ・踊りなどを披露
黄色いハンカチに応援メッセージの記入

☆☆被災地の写真展☆☆*地図上③
3.11 東日本大震災の被災地・避難者を決して忘れない!
日時:3/5(火)～3/8(金) 10:00～16:00
会場:習志野市庁舎内1階ロビー
京成津田沼駅から徒歩7分
内容:福島県内や習志野市内他、被災地の様子
連絡先:「竹宵の会」電話 047-475-3704(尾曾)



大網白里市 カフェ「海のじかん」

★3/23(土) 13:00～15:00 茶話会
会場:大里総合管理棟内
大網白里市みやこ野
参加費:300円
問合せ・申し込み:090-3405-2765(塚崎)

3/3(日)
4/7(日)

震災で避難され、千葉県にお住まいのみなさま専用の電話相談
「ほっとライン しゃくなげ・ちば」
毎月第1日曜日 13:00～17:00
043-376-3638
お暮しでお困りのこと、ご家族のこと、お子様のこと、これからのこと、どんなことでもお気軽に
(一社)千葉県臨床心理士会

山武市 森のじかん

★3/10(日) 11:00～15:00
『カフェでのんびりお昼ごはん』
カフェのヘルシー手作りランチメニューをいただきます
会場:コミュニティスペース&カフェ「Cocokara」
山武市松尾町大堤52-12
ヘルソレイユ松尾1-C
(Tel 0479-85-8874)
参加費:1,300円(食事代・場所代として)
問合せ・申込み:
連絡先:080-8150-7352(小久保)

館山市 お茶会「たんぽぽ」

◆毎月第3水曜日開催 気楽なお茶会です。
★3/20(水) 13:30～15:30 お茶会
会場:菜の花ホール(館山市北条1735)
JR館山駅東口より徒歩3分
参加費:100円(お茶代)
問合せ:館山市社会福祉課東日本大震災支援室
電話 0470-22-3213



身体と心の小ネタ 第四十四便

記念日反応

三月はわたしたちにとって特別な月ですね。日本中の、もしかしたら他の国に住む人たちの中にも、日本の人たちと同じ気持ちの方々もいらっしゃるかもしれません。このコラムでも取り上げられていると思いますが、人は特別な体験をするとその後の節目の時々心身の不調に陥ることがあり、それは記念日反応という名で知られています。法事をしたりイベントをしたりするのは、お互いに集まってみんなで気持ちを分かち合うことで、記念日反応を和らげようとする知恵ではないかと思われれます。

もし普段と異なる緊張や不安、体調の変化など感じている場合は記念日反応かな?と振り返ってみて、少しゆっくりにしたり、親しい人たちと話をしてみると良いと思います。

一般社団法人 千葉県臨床心理士会

