共助サークル「フルネスセラピー」

団体紹介	ACT(アクセプタンス・コミットメントセラピー)を使ったメンタルケアワークを行い、自分らしく笑顔で過ごす人を増やす活動を実施する団体です。 20 年程前から、心の支援活動を行っています。 コーチングや親業、認知行動療法、ACT 等を使った講習・ワークショップを開催しています。 年会費や入会費等一切無いサークルです。		
体験内容	・体験日当日の会場設営補助。 ・体験当日の受付や資料配布の補助。 ・ワーク時の補助。 ・会場撤去補助。		
体験日時	① 9/25(木) 9:15～11:45 ②10/16(木) 915～11:45		
活動場所	① 9/25 と②10/16 どちらも、船橋市中央公民館(JR&京成船橋駅より約 5 分～8 分)(本町 2-2-5)		
対象者	中・高・専・大	**募集人数**	① ②どちらも 8 名程
必要な物 服装など	持ち物:筆記具 (無くても可) 服装:G パンやジャージ等カジュアルで良い		
注意事項	ボランティア活動当日の欠席連絡は、会場準備等で受ける事が出来ない為、欠席連絡は不要。		

【活動の様子】

後日掲載予定

申込方法			
☑マッチング会にて受付 (市民文化ホール)			
担当者名	さくた	**電話番号**	047-767-4803
メール			
担当者から	ボランティア活動が初めての方に適した、簡単なボランティア内容です。 事前打ち合わせ等もない為、負担も少ないです。 ボランティアの楽しさも体験できる補助内容です。		