



仕事や人間関係につかれて  
生きるってしんどいなあ と思ったり  
自分がひとりぼっちに思えてつらかったり  
さみしさや生きづらさに悩んだり



月にいちど、金曜日の夜に  
そんなきもちを安心して話せる食堂を開きます。

おしゃべりしたり、ゆっくり食べたり、  
おなかを満たす気ままなカレータイムと

ふだんなかなか話せないでいる、  
それぞれの「おつかれさま」を  
報告し合うお話タイム の 2 部構成です。

「おつかれさま」なあなたを おまちしています



日時：2018年7月13日（金）

19：30～21：30

場所：世田谷ボランティアセンター

世田谷区下馬 2-20-14

三軒茶屋駅徒歩 10 分

参加費：1,000 円

定員：12 人程度

申込み

世田谷ボランティア協会 青木

☎ 03-5712-5101

✉ aoki@otagaisama.or.jp