

NPO法人まひろ

サポートの内容

フリースペース（居場所）のエリアワン

開所日時：月・水・木曜 10:00～15:00（祝日、お盆、年末年始を除く）

活動内容

- ・ラジオ体操、各種ゲーム、映画鑑賞、外出イベント、季節のイベントなどのプログラムやSST
- ・パソコン、自習、クラフトワーク、ぬり絵、読書などを各自が自由に行うフリータイム

- プログラムはすべて参加自由です。
- 利用頻度、来所する時間、途中入退室、帰る時間はすべて自由です。
- 同時にご利用いただける人数が最大6名程度のアットホームな規模です。
- 不安なこと等がある場合はスタッフに相談してください。
- 社会福祉士、精神保健福祉士などの資格を持つスタッフが中心になって運営しています。

分野

こころやからだの悩み / 仕事・職場の悩み / ひきこもり / その他

対象地域

東京都全域

メッセージ

日中活動の場を必要としている方に向けて、相談もできるフリースペースを提供しています。世田谷区で月・水・木曜日に開所しています。

この他に、個別面談【相談のみを希望したいご本人やご家族向け】 トモカツ【大人の遠足、料理サークルなどのイベントを月に2回開催】 SST【月1回、グループで行うプログラム】などを行っています。詳しくはホームページをご覧ください。 <https://mahiro.or.jp/area1/>

寄せられた悩み

- ・生活リズムを整えたい。
- ・ひきこもりに近い状態にあって、生活を変えるきっかけがほしい。
- ・いつもとは違う誰かと話せる場所がほしい。
- ・休職／離職していて、体力面や対人面に不安がある。
- ・マイペースに自習ができて、かつ、有資格のスタッフがいて安心できる場所がほしい。
- ・いざとなったら将来について相談もできる居場所がほしい。

対象年齢

概ね18才以上の方

（性別、国籍、障害の有無を問わずご利用いただけます）

料金

フリースペース利用料 2,000円／回（ご利用回数1～4回の月）

フリースペース利用料 1,600円／回（ご利用回数5回以上の月）

例：6日ご利用の月は9,600円

家族だけでの相談・サポート

可能

家族向けサポートの概要・料金

家族からの相談OK

個別面談（3,000円/60分）のみのご利用が可能です。お気軽にお問い合わせください。

電話相談

番号：070-5552-5803

受付時間：平日 9:00-17:00

メール相談

アドレス：<http://mahiro.or.jp/contact-a1/>

受付時間：いつでも

来所相談

住所

〒158-0083 世田谷区奥沢3-31-4 W.OKUSAWA3F

MAP



受付時間

平日 9:00-17:00

詳細ページ

<https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=10>

