

# 生きづらさ おしゃべり カフェ

～あなたの生きづらさについて話してみませんか～

## 日時

第2回 2月24日 (日)  
午後1時オープン  
午後1時30分から4時30分まで

※第2回のみ参加でもOKです

講師 大橋 史信 氏

NPO法人楽の会リーラ  
事務局スタッフ。  
ひきこもりピアサポ  
ーターとして、生きづら  
さを抱えた当事者や家  
族の支援を行っている。



## 第1部

教えて大橋さん、生きづらさQ&A 午後1時30分～2時30分

## 第2部

おしゃべり交流会 午後2時45分～4時30分

## 会場

リカバリーカレッジポリフォニー

東京都東久留米市東本町16番地2号 カーサブランカ久仁107号

※駐車場・駐輪場はありません。近隣のコインパークをご利用ください。

## 参加費

お茶代・資料代 300円

## 申し込み

申し込み不要 直接会場へ

主催 NPO法人 楽の会リーラ

共催 一般社団法人 Polyphony

問い合わせ 電話：042-430-2199 (Polyphony)  
メール：polyphony@jcom.zaq.ne.jp

どなたで  
もお気軽  
にご参加  
ください

# リカバリーカレッジ ポリフォニー

障害者総合支援法に基づく生活訓練事業所

よりよく生きたいと考えるすべての方のための  
学びの場です。

「にぎやか」で「いろいろ」な地域づくりのために  
誰もが参加できるオープンカレッジを行っています。

《これまでのオープンカレッジ》

私の人生の専門家は私！「WRAP(元気回復行動プラン)」、

社労士さんによる世界一わかりやすい障害年金説明会、

自由なリズムで私らしく♪ダンスセラピー……etc

「私らしく生きる」ためのヒントが満載の講座を行っています。

詳しい内容や日時につきましてはお気軽にお問合せください。

一般社団法人 Polyphony

203-0014 東京都東久留米市東本町16番地 2号

カーサブランカ久仁 107

TEL:042(430)42199

メール:[polyphony@jcom.zaq.ne.jp](mailto:polyphony@jcom.zaq.ne.jp)

ホームページ:<https://disability-services-and-support-organization-544.business.site/>

Facebookもチェック  リカバリーカレッジ・ポリフォニー

