

第13回社員総会のお知らせ

新年を迎えてもコロナウィルス自粛が福岡県も続いております。早く収束できることを願いながら、総会のお知らせをいたします。

皆様とお会いできるのを心待ちに、健康に気をつけてお過ごしください。

日程：5月30日（日）10：30～12：00

場所：福岡市あすみん会議室（予定）

（詳細は5月に会員へご案内いたします）

オンライン カウンセリング

長引きそうなコロナウィルスの地球襲来で人々の移動制限によるひきこもり、また気持ちのはけ口が無く、ストレスを抱える人が増え続けています。対面による相談の場合は総合的な判断ができませんが、オンライン相談の場合は、お話を聴かせていただくと言う会話になり、問題解決の範囲には繋がりません。それでも聴いてもらえるだけで、安心に繋がっています。

★オンラインカウンセリングを希望の方

★時間30分間（有料）詳細は☎08091065106



2021年度の予定表

○ オアシスステーションワークショップ

- ・毎月土曜日開催予定・時間13：30～15：30
- ・会場 平和ビル2階（中央区大手門1-1-1-）
- ・日程 ・2月20日・3月27日・4月17日
- ・「自己成長・（ものの見方、考え方）スキルアップに役立つテーマで、オアシスワークショップを開いています。

皆様の参加
をお待ちし
ております。



メディカルハーブの利用

メディカルハーブコーディネータ
フジモツタエ

立春♥そろそろ花粉症対策と頭をよぎる方、不安やイライラしたり、鼻詰まりなどでお困りの方!!
ハーブティーで予防をいたしましょう。

- ★ エキナセア、ルイボス、タイム
- ★ ネットル、ペパーミント
- ★ マリーゴールド、
- ★ ジャーマンカモミール、



（抗ヒスタミン、抗アレルギー作用のあるハーブ）

会員の「私の一言」お便りコーナー

会員の皆様からのお便りをお届けいたします。（全会員順番に声掛けします）

井出
知美子
（会員熊本在住）



熊本の井出知美子です。

昨年のコロナ禍の中、断捨離に挑戦、台所、料理を作るたびにイライラ、ものが多い、使うもの、つかわないものを分け、いかにつかわないものが占領していたか、そしていつも使うものは、とりやすいように、台所の大改革。

料理が楽しく、物が整理された空間。

頭がスッキリ、新しい快適な暮らしが待っていました。



今年の目標は、時間、空間、身体の断捨離、必要なもの、無駄なものは購入しないスッキリとした暮らしに挑戦します

コロナ禍の中一緒に乗り切りましょう。

発行：NPO法人 ハートスターション

ホームページ：HP：<http://heartstation-npo.org/> ■ ハートスターションフェイスブック

連絡先・福岡市城南区片江5-1-45-401 ・糸島市篠原東1-13-10-102

☎：080-9106-5106

■ メールアドレス eki.heartstation@gmail.com