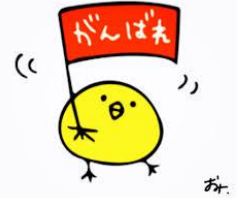




9月・長月(ながつき) 皆さまにはお変わりなくお過ごしでしょうか。

夜分には秋の虫も鳴きはじめ、初秋を五感で感じる季節になってきました。皆さまの地域にはどんな風景が広がっているのでしょうか。時には感染予防しながら散歩など、ストレス解消もおすすめです。腹式呼吸や身体を伸ばすのも気分転換になります。

## 9月新たに2つの取り組みをスタート！



😊 **マイत्रीヘルプサービスのホームページが完成しました。**

皆さまへの活動事業内容を「リアルタイムに情報発信!」「新しい生活様式の中でも心身共に安心して過ごせるサポート」を提供します。ぜひご覧ください。各プログラムの参加もお待ちしています。ホームページのアドレス：<https://mhs.kodosan.or.jp/>



😊 **横浜市市民公益活動緊急支援事業「つながりほっとサポート」事業決定しました。**

今年12月までの事業です。内容としては“電話相談による精神的サポート”“ほっとライン郵送”10月には“オンラインセミナー”を実施します。コロナ禍においても、創意工夫しながら活動を継続して、皆さまとのつながりを大切に、お役に立てるよう努めていきたいと思っております。これからも活動への応援よろしくお願ひします。



活動3つの合言葉 ~ささえあい・つながり・ほっとサポート~

