

第 18 回「自分らしく生きる」講演会



ASD（自閉症スペクトラム）ADHD、LD など、それぞれの生きづらさを持つ方々のお話を聞き、自分らしい生き方とは何かみんなで考えたいと思います。

■日時 2023 年 **11 月 19 日**(日) **13:30**~16:00 (受付 13:15~)

■会場 : 横浜市健康福祉総合センター 8階大会議室 8AB

■対象 : どなたでも (会員以外の方もどうぞ)

■定員 : あり ※受講が不可の場合のみご連絡します

■参加費 : 無料

■プログラム: 第一部 会員のお話 第二部:感想、質問などグルーブトークの時間

■申し込みの方法 : [以下の内容を書いて mail@adehade.net](mailto:mail@adehade.net) へメール、電話
または Google フォームでお申し込みください。

件名「自分らしく生きる 参加希望」

申し込み Google フォームは[こちら](https://forms.gle/2xVUoknB4wean5ar6)↓

<https://forms.gle/2xVUoknB4wean5ar6>

- ① 氏名
- ② 住所 (町名まで)
- ③ 連絡の取れる電話番号
- ④ 所属 (あれば)
- ⑤ 参加理由



主催 : 問い合わせ・申し込み

NPO 法人あではで神奈川

メール mail@adehade.net

電話 045-904-4505

当日電話連絡は[こちら](https://www.adehade.net)

070-2362-9336 事務局

※個人情報、講演会に関する連絡のみに
使用します。

※感染予防にご協力ください。
飲み物は各自ご用意ください。

※会場アクセス

JR 京浜東北・根岸線 横浜市営地下鉄(ブルー
ライン)桜木町駅下車

