

Switch

ストレスリカバー系デュエル

ココロリーツナガール プレイリーダー 養成講座

2024

2/12 (月・振休)

13:00~16:00

参加無料



遊びながらストレス対処を考えるカードゲーム
「ココロリーツナガール」を活用して
メンタルヘルスに触れる機会をリードする
「プレイリーダー」になりませんか？



ココロリー ツナガールとは？

バトルしながらストレス対処を
考える！？ Switchが開発した、
新感覚カードゲームです。

2人または3~6人で遊べ、攻撃側が出したストレスカ
ードに対し、防御側が効果のありそうな対処カード
を選んでいくバトルゲームです。対象年齢は10代~、
大人の方にも楽しく遊んでいただけます。



たとえば…
こんなときに
活用できます！

- 自分なりのセルフケアを考えたいとき
- 高校や大学でのグループワークに
- 支援機関や会社でのメンタルヘルス育成に
- 友達や家族との対話のきっかけに
- なんだか心がモヤモヤするときにも



対 象

18歳以上で、メンタルヘルスにご関心のある方

受講費

無料 ※カードゲームは付属しておりません。ご所望の場合は、別途ご購入が必要です
【受講者特典】限定ハンドブックを後日進呈！ おうちでのふりかえりにぜひ。

場 所

仙台市市民活動サポートセンター 市民活動シアター

〒980-0811 仙台市青葉区一番町四丁目1-3 [仙台市地下鉄南北線 広瀬通駅 西5出入口よりすぐ]

ご参加にあたっては、事前の参加お申し込みが必要です。

(定員：10名 申込期間：~2024年2月8日)

* 定員になり次第、締切とさせていただきます

ココロリーツナガールや養成講座について
もっと知りたい方、お申込はこちらの二次元コードから



主催・お問合せ先

認定NPO法人Switch ユースサポートカレッジ部門

住所：〒983-0852 宮城県仙台市宮城野区榴岡1丁目6-3 東口鳳月ビル602

電話：022-253-7701 メール：info@npo-switch.org

* 本イベントは、日本財団からの助成を受け運営しております。

Supported by 日本財団 THE NIPPON FOUNDATION