

3月は

# 双極月間 東京

双極みんな集まろうぜ、各自で

3月28日（土）14時～20時 予定

東京ボランティア・市民活動センター

## 誰でも参加できます



談話スペース



資料コーナー



読書コーナー

500円

おくすり手帳きせかえワークショップ



オンラインで繋がる時間も作ります 予定

おりがみ2枚と  
テープやシールで  
作ります  
A6サイズなら手帳や  
ノートでもOK

## 企画持ち込み大歓迎

3月30日が世界双極症デーなので3月は双極月間です

アクセス

飯田橋セントラルプラザ10階

JR飯田橋駅西口すぐ

東京メトロ・都営地下鉄飯田橋駅B2b出口直結



双極月間

<https://note.com/bipolarmonth>

[bipolarmonth@gmail.com](mailto:bipolarmonth@gmail.com)



呼びかけ人

Bipolar-Quest

ぱいぽーらくえすと