

- ・NPO法人横浜市精神障害者家族連合会（浜家連）
- ・戸塚区精神保健家族会「若杉会」 共催

令和元年度（2019年度） 家族による家族学習会普及事業 〈横浜市からの委託事業〉



家族による家族学習会



～全5回連続講座の参加者を募集します～

戸塚区精神保健家族会「若杉会」は、精神障害をもつ方の家族の会です。

初めてこの病気と出会った驚きと戸惑いと絶望感は、体験した者にしかわからないものがあります。若杉会に集う私たちも、かつては、ひどい混乱の中にありました。でも、同じような体験をした者同士が出会い、学びあい支えあいながら、何よりも辛い思いをしている当事者を支えるため、また自分自身が楽しく生きるために、活動を続けながら、笑顔を取り戻してきました。

このような私たちの体験を含めて、家族のための講座を開きたいと思います。

とにかく不安でしかたがない、病気のことをもっと知りたい、当事者とどう関わればよいのか困っている、他の人たちはどんな風に暮らしているのか知りたい、など・・・

様々な思いを抱えていらっしゃるご家族の方々、どうぞご参加ください。



一人で抱えて悩んでいませんか？

参加できる方 精神障害をもつ方の家族で、5回通して参加可能な方

内容 テキストを使用し、話し合いなどを通して当事者と家族の生き方を学びます。

担当者 精神障害をもつ方の家族会「若杉会」会員5名が担当します

日程・時間・会場

	日程（令和2年）	時間	会場
第1回	1月13日（月）	13：30～16：30	戸塚区生活支援センター
第2回	1月27日（月）	13：30～16：30	戸塚区生活支援センター
第3回	2月10日（月）	13：30～16：30	戸塚区生活支援センター
第4回	2月24日（月）	13：30～16：30	戸塚区生活支援センター
第5回	3月9日（月）	13：30～16：30	戸塚区生活支援センター

学習内容

- 第1回：統合失調症を知りましょう。はじめの一步
- 第2回：統合失調症の経過・状態とその対処
- 第3回：統合失調症の治療と支援
- 第4回：住みたい町で暮らし続けるために
- 第5回：家族自身が元気を保つために

- * 募集人員 10 名程度 希望者多数の場合は参加できないことがあります
- * この家族学習会は、横浜市の精神障害者の家族支援事業として行うものです。
- * 「若杉会」会員の担当者以外に、浜家連のアドバイザーが数名同席することがあります。
- * 個人情報の保護につきましては、十分に配慮した対応をいたしますので、ご安心ください。
- * 参加は無料です。
- * 貸出テキストを用意しますが、個人用テキストをご希望の方は 1, 200 円をいただきます。 テキスト：「しょうずな対処 今日から明日へ」全改訂第 1 版

会 場：戸塚区生活支援センター

住所：〒244-0002 横浜市戸塚区矢部町1259-1

最寄駅＝JR・地下鉄「戸塚駅」

* バス利用の場合：戸塚駅西口のバス停「戸塚駅」神奈川中央交通「上矢部循環」

「ラムーナ横浜戸塚」行、「道祖神前」下車、徒歩 3 分

* 徒歩の場合：戸塚駅から約 20 分

<詳細地図>



<お申し込み方法>

所定の申込書に必要事項をご記入の上、郵送でお送りください。

12月13日(金)までに

郵送先： 〒244-8790 横浜市戸塚区戸塚町167-25

戸塚区社会福祉協議会気付 若杉会

<問い合わせ先> ・若杉会 西川 進 080-4162-1119

・浜家連事務局(中居) 045-548-4816

以上

