

主催：NPO法人 横浜市精神障害者家族連合会（浜家連）

Cブロック家族会

鶴見区のぞみ

神奈川区わかば会

西区もみじ会

中区みなと会

南区みなみ会

磯子区なぎさ会

公益社団法人 全国精神保健福祉会（みんなねっと）：共催

2023年度 障害者家族のピアサポート推進事業 〈横浜市からの委託事業〉

❀ 『家族による家族学習会』のご案内 ❀

～全5回 連続講座の参加者を募集します～

「のぞみ」（鶴見区）、「わかば会」（神奈川区）、「もみじ会」（西区）、「みなと会」（中区）、「みなみ会」（南区）、「なぎさ会」（磯子区）は、統合失調症など精神障害をかかえている人の家族（親、配偶者、兄弟姉妹など）の会です。

初めてこの病気と出合った驚きと戸惑い、絶望感は、体験したものにしかわからないものがあります。家族会に集う私たちも、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、また自分自身が元気に生きるために、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、「家族による家族のための学習会」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、他の家族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ご家族で、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

神奈川区・西区・中区・磯子区の家族会会員から、5名が担当いたします。

	日程	時間	主な内容
第1回	1月20日（土）	13:30～16:30	統合失調症を知りましょう はじめの一步
第2回	2月 3日（土）	13:30～16:30	統合失調症の経過・状態とその対処
第3回	2月17日（土）	13:30～16:30	統合失調症の治療と支援
第4回	3月 2日（土）	13:30～16:30	住みたい町で暮らし続けるために
第5回	3月16日（土）	13:30～16:30	家族自身が元気を保つために

- ・募集人員 8名程度 希望者多数の場合は調整させていただきます。
- ・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、市からの委託事業です。鶴見区・神奈川区・西区・中区・南区・磯子区以外にお住いの方もご遠慮なくご参加ください。
- ・個人情報保護については、十分に配慮した対応をいたしますので、ご安心ください。
- ・公益社団法人 全国精神保健福祉会（みんなねっと）の「障害者家族のピアサポート推進事業」として行うものです。
- ・担当者の他に、浜家連のアドバイザー、横浜市・区の福祉関係者が同席することがあります。
- ・参加費は無料です。所定のテキスト代はご負担いただきます。
- ・所定テキストは、「じょうずな対処 今日から明日へ 学びあい 支えあい リカバリー」全改訂版で、価格は税込み 1,320 円です。
- ・テキストは第1回学習会の際、会場でお買い求めいただきます。（テキストを所有されておられる方は、事前にご一報ください）

会場

不老町地域ケアプラザ3階 ボランティアコーナー

〒231-0032 横浜市中区不老町 3-15-2 電話：045-662-0161（代）

最寄駅：市営地下鉄「伊勢佐木長者町駅」1番出口から徒歩5分

JR「関内駅」南口から徒歩10分

[会場付近地図]



[お申込み方法]

所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、郵送にてお送りください。

郵送先：〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1752番地 横浜ラポール3階

NPO法人浜家連 事務局 中居 宛

[締切] 23年12月15日(金) 消印 但し、募集人数に達した場合は締切とさせていただきます。

[問合せ先] NPO法人浜家連（はまかれん）事務局 中居

電話：045-548-4816 e-mail：ysskr@bloom.ocn.ne.jp

