



# わかば会のご案内

わかば会は、統合失調症、うつ病、双極症などの精神疾患をもつ方の家族の集まりです。悩みも喜びも分かち合い、家族としての向き合い方、対応の仕方を学び合える場です。医療や福祉について学び、生活環境の調整、福祉サービスの利用などにより、当事者も家族も共にリカバリーを目指します。

## 〈月例会〉

日時：毎月 第2水曜日 13:30～16:00

場所：神奈川区役所 本館4階第3会議室

内容：「学びと語り合い」テーマ(医療、制度、講座や本の情報)を設けて学びます。  
「懇談会」話すこと、聴き合うことを大切にして、体験から学び合います。  
年1回… 総会、講師をお招きして勉強会、ランチ会、新年会 (8月は休み)

設立：昭和57年(1982年)4月

会員数：22名(2026年4月現)

## 〈おしゃべり会〉 相談と少人数での語り合い

日時：第4水曜日 14:30～16:00 (4月は休み)

場所：はーと友神奈川 2階団体交流室

## 〈わかば会だより〉 毎月第4水曜日に発送し、次月の予定をお知らせします。

## 〈上部団体「浜家連」〉 NPO法人横浜市精神障害者家族連合会

「浜家連」は市内18区の家族会会員の集まりです。

毎月発行の「浜家連ニュース」はわかば会だよりと一緒に送ります。

- ・横浜市受託事業の「市民メンタルヘルス講座」年5回開催、
  - ・「家族による家族学習会」(ブロック別開催)・ピア相談など
- わかば会も単会として活動に参加しています。

## 〈年会費〉

4000円 (浜家連会費 1000円が含まれています)

例会時に納入、または口座振込をお願い致します。

(年度途中入会は割引があります)

## 〈問い合わせ先〉

神奈川区福祉保健センター高齡・障害支援課

TEL 045-411-7115

神奈川区生活支援センター (はーと友神奈川4階)

TEL 045-322-2907

反町公園は桜散りわかば萌え、四季折々美しいです。  
会場の《区役所》と《はーと友神奈川》の建物は公園を挟んで両側にあります。

見学においで下さい。お待ちしております。

