



12月の月一レターです

ここ数週間で、いきなり真冬がやって来たような寒さです。冬が来たばかりなのにもう年末…早いものですね。年末年始は日常から離れてしまうちょっと特別な時期です。まわりも自分も何となく「そわそわ」「せかせか」。こういう時だからこそ「穏やかに穏やかに」なのは分かりきっているのに毎年同じ反省をしています。今年も呪文のように「穏やかに穏やかに」とぶつぶつ言いながら年末を過ごすのかなと、ひとりニヤニヤしています。

◆◆◇———— 年内の開催情報 ————◇◆◆

第10回精神障がい者と家族のための市民公開講座(令和6年11月24日開催済)

『統合失調症を理解し、より良く生きる』

近年では、当事者にとって身体的・精神的・社会的に満たされた状態(ウェルビーイング)であることが精神疾患においても重要であると言われています。本市民公開講座では、経験豊富な専門の先生・支援者による講演、また当事者と家族の立場からの体験についてもお話しいただきます。

[録画配信] 令和6年12月13日(金)12時~12月27日(金)12時まで

下記 URL からご視聴ください(事前のお申し込みは不要です)

[URL] <https://www.smilenavigator.jp/information/forum/>

管理者: 「精神障がい者と家族のための市民公開講座」事務局

お問合せ先: E-mail workstyle-seminar@newsbase.co.jp



家族学習会セミナー『当事者も親も気にかけているきょうだいケアラーの気持ち』

いつもはあまり語られない「きょうだい」が繋がることの意味やリカバリーについて考えたいと思います。

[対象] きょうだい・家族・当事者の立場の方・支援関係者など

[開催日時] 令和6年12月22日(日)14時~16時半(オンライン開催)参加費無料

下記 URL か QR コードを読み込み、Google フォームからお申し込みください

[申込締切] 令和6年12月7日



[URL] <https://forms.gle/DiWLtPiStCMnUELS7>

主催: 公益社団法人 全国精神保健福祉会(みんなねっと)

お問合わせ先: みんなねっと家族学習会事務局 minnanet.family@seishinhoken.jp

ほかにも、親の立場対象のリモート版家族学習会(5回参加:有料:12/13締切)等があります。

詳しくはみんなねっとHP(<https://seishinhoken.jp/>)をご参照ください。

※2024年度【リモート版】(本州エリア・親の立場対象②)家族による家族学習会参加者募集