



4月の月一レターです

みなさん、こんにちは！新年度となる4月から、月一レターをみなさんから届いたものだけ
を載せたいと思います。今までは限られた人たちだけで続けてきましたが心機一転で
す！思ったこと、知りたいこと、詩や俳句、趣味のこと何でも教えてください。家族会の場
に用紙とポストを用意しました。個人の悪口以外はすべて載せようと思っています。みん
なで、「みなわ会」らしいものを作っていきます。

◆◆◇————— お知らせ —————◇◆◆

割引になります！！

4月から精神の手帳でもJR等で割引ができます。

旅客鉄道株式会社等旅客運賃減額区分は1級が1種、2級・3級は2種になりますが、
記載がない方は手帳が更新されるまで、市役所などで「1種・2種」のスタンプを押してもら
ってください。

※「のぞみ会便り」より引用

割引内容について

JR または各鉄道会社へお問い合わせください。

[精神障害者割引制度の導入について](#)

手帳への区分明記や手続きについて

お住いの市や区の『支援課』障害福祉係へお問い合わせください。



電話相談員さんって何だろう？

電話相談員って文字をよく目にしますよね。なかには、利用して救われた方もいると思
います。

でも実際にはどんなことしているの？

実は、身近な仲間たちがやっているのがほとんどです。相談員経験者の方たちは口を
そろえて「自分のためになった」と言います。なぜでしょう？

令和7年度電話相談員の研修は

6月27日(金)午後1時半より「ウエスタ川越」で開催予定です。

(詳細は決まり次第お知らせします)

もちろん、「参加したから電話相談員をやらなければ」なんてことはありません。まずは
「どんなことをしてるの？」からで十分です。

少しでも興味のある方、参加してみませんか？