

10月の月一レターです

「心身の整理には」

体を使ってトレーニングをした日や、
考え事がつづいてしまう時には、お
風呂に入って、疲れを癒しています。
薬用入浴剤、自宅のローズマリーを
いれれば、体の芯までぽかぽかです。
うさぎ番長



◇◇◇ 開催情報 ◇◇◇

みなわ会ホームページ ⇒<近況コラム>や
みなわ会ホームページ ⇒<イベント告知>⇒<チラシ掲示板>
にも、イベントの開催情報等を掲載しています！ぜひご覧ください



令和7年度 さいたま市保健所主催

『統合失調症患者の家族教室』

統合失調症ってどんな病気？治療法は？家族のかかわり方は？家族会ってなんだろう？このような思いがある方は、家族教室に参加してみませんか。1日目は精神科医による講演、2日目は専門職による講演です。2日間で1コースです。可能な限り、1日目・2日目どちらにもご参加ください。

第1回【会場】さいたま市保健所 第1研修室 A

1日目:令和7年 10月30日(木) 14時～16時

2日目:令和7年 11月 7日(金) 14時～16時

【定員】50名(先着順) 【申込期間】令和7年9月30日(火)～令和7年10月13日(月)

第1回お申込みは[こちら](#)から

第2回【会場】武蔵浦和コミュニティセンター 第7集会室・第8集会室

1日目:令和7年 11月10日(月) 14時～16時

2日目:令和7年 11月18日(火) 14時～16時

【定員】50名(先着順) 【申込期間】令和7年10月14日(火)～令和7年10月28日(火)

※駐車場はご用意しておりません。公共交通機関でお越しくださいますようお願いいたします。

第2回お申込みは[こちら](#)から

【対象】さいたま市在住・在学・在勤の統合失調症患者さんのご家族 ※参加費無料

【TEL・FAX でのお申込み又はお問い合わせ】 TEL 048-840-2234 FAX 048-840-2230
さいたま市保健所精神保健課まで