

## 9月の月一レターです



厳しい暑さにげんなりする毎日ですが、日が落ちてからの愛犬との散歩時、草むらからは秋の虫の声が聴こえてきます。季節は止むことなくめぐり続けていることに気がかされます。

ハンディを抱える家族とともに過ごしている私達は様々なことを勝手に背負い込み、自らの生き方を後回しにしてしまう傾向があるように思われます。

どう歩もうとも歳月は人を待ちません。当事者も家族もハンディの有無に囚われすぎることなく、やりたいことをやって楽しく心健やかに過ごしていきたいですね。

秋の収穫も近づいてきています

## ◆◆◇———— 10月の開催情報 ———◇◆◆

### 夏莉郁子精神科医の講演 『回復するとは』

～家族、当事者、そして精神科医として病気と向き合った体験から今、私たちが一番大切にすること～

[日時] 令和6年10月2日(水) 13:30～16:00

[会場] 鴻巣市文化センター クレアこうのす小ホール

[定員] 300人 [入場料] 家族・支援者 1000円 当事者 500円

[講師] 夏莉郁子(児童精神科医、やきつべの径診療所医師)

お申込み・お問合せ

TEL 090-3692-7861 佐川(9:00～18:00)

FAX 048-596-3466

メール [makotosagawa2000@yahoo.co.jp](mailto:makotosagawa2000@yahoo.co.jp) 佐川まこと



### 令和6年度第1回精神家族教室

### 『病との出会いから市議会議員になるまで』

講師: 堀合研二郎氏(一般社団法人精神障害当事者会ポルケ、大和市議会議員)

[日時] 令和6年10月20日(日) 13:00～16:00

[会場] 与野本町コミュニティセンター多目的ルーム(大)

さいたま市中央区本町東 3-5-43 (JR 埼京線 与野本町駅西口 徒歩3分)

◆当日先着順(定員 80名)

◆参加費 無料

◆対象 市内在住又は在勤の方

◆手話通訳・要約筆記があります

主催: さいたま市障害者協議会/さいたま市精神障害者家族会連絡会

お問合せ: さいたま市障害者協議会 電話 048-653-7271

さいたま市精神障害者家族会連絡会 携帯電話 070-2150-5945、070-3881-5070