



芽生えの集い

今回は主に、『**外出の大変さ**』をテーマに話し合います。

1人で外出するのは不安。誰か一緒についてきてくれたら…



電車やバスなど、公共交通機関を利用するのが苦手で…

色々な所に遊びに行きたいけど、人の目が気になってしまう…



前は外出が苦手だったけど、〇〇してみたら楽になったよ!

などなど、外出に関する悩み、克服して外出できるようになった方法・コツなどを、みんなで話しあってみませんか？

また、「ご家族や近隣に住む方にどう外出を促したらよいか悩んでいる」「メンタルヘルス(こころの健康)に興味がある」という方のご参加も大歓迎です。

前回の芽生えの集いでは『**幻聴への対応の仕方**』について話し合いました(^_^♪
内容を詳しく知りたい方は、冊子をご覧ください。

日時：令和6年7月16日(火) 14:00～15:30(13時30分受付)

場所：泉公会堂(第一会議室) 横浜市泉区和泉中央北5丁目1-1

申込み：不要 どなたでも参加できます

参加費：無料

※開催についてのお問い合わせは、四季の会事務局(392-6444)までお問い合わせください。



『芽生えの集い』とは

1988年4月に第一回芽生えの集いが開催されました。精神障がいをもつ当事者、泉区の地域住民、家族、民生委員、ボランティア…さまざまな立場の人が集まり、こころの健康について話し合う、それが芽生えの集いです。

どんな話でも構いません。四季の会と泉区と皆さんの未来に向けて語り合えることを楽しみにしています。是非お気軽に参加ください。



特定非営利活動法人 四季の会 法人本部

〒245-0013 横浜市泉区中田東3-15-2 中田町センタービル4階

電話番号:045-392-6444

FAX 番号:045-805-0197