



八千代地域生活支援センターたより
NO.225 2025.3

社会福祉法人 栄寿会
八千代地域生活支援センター
〒276-0045

八千代市大和田 322-18

Tel 047-481-3555 Fax 047-485-3553



お知らせ

『リカバリー全国フォーラム2024』が3月22日(土)10時から開催されます。今年度は、オンライン開催のみとなっています。今年のテーマは『多様性』となっています。22日に参加されたい方、アーカイブ配信を見たい方は、センター鴨志田までご連絡下さい。当日のオンライン交流会に参加されたい方は、その旨お伝えください。

日時 3月22日(土) 10:00~15:40
(オンライン交流会は 16:00~16:50)

内容 交流室に案内を掲示しておきます。確認してください。また、『リカバリー全国フォーラム』と検索していただくと、コンボのホームページでも確認できます。

申込 3月14日(金)まで

※3月25日(火)より、アーカイブ配信の予定です。そちらを視聴されたい方も、鴨志田までお知らせください。



Image of PEER SUPPORT (動画配信) 視聴中は視聴でも視聴可能

精神障がいがある方のピア・サポーター養成講座

ピア(PEER)とは「仲間」「同等」という意味です。同じような病気や障がいがある方が互いの苦悩や悩み等を分かち合い、支え助け合うことを「ピア・サポート」と言い、そのピア・サポートをする人を「ピア・サポーター」と称しています。そのようなお互いの関係を核として自助グループ活動をする方から経験専門家として福祉事業所や医療機関等で働く方で当事者の活躍の場が広がっています。本講座では、ピア・サポーターに求められる基本的態度やピア・サポーター等の取り組みから実践を学びます。

講座1	【ピア・サポートの変遷】
講師	鈴木 剛氏 (千葉県印旛保健所主任 常務精神保健福祉相談員)
講座2	【ピア・サポートに役立つメンタルヘルスの基礎知識】
講師	石川 真純氏 (千葉県精神保健福祉センター 精神科医)
講座3	【ピア・サポーターの雇用】
講師	中田 健士氏 (株式会社MARS代表取締役・精神保健福祉士)
講座4	【法制化とピア・サポーター】
講師	岩崎 音氏 (早稲田大学人間科学学術院教授)
講座5	【ピア・サポートの原点と経験者の力】
講師	坂田 望一郎氏 (原住みありお座楽団代表)

●心にもピア・サポーターの経験がある方、精神疾患以外にもガンの治療経験を活かしてピア・サポーター活動をしている方から実践的なお話をしたい方にご参加ください。

人にほめる

配信期間 令和7年2月17日(月)~令和7年5月31日(土)
申込期間 令和7年1月6日(月)~令和7年2月10日(月)
申込方法 エメールか下の二次元バーコード
(住所・氏名・電話番号・Eメールアドレスを入力)

- ✓参加対象: 精神保健福祉に関心がある方ならどなたでも
- ✓定員: 200名
- ✓参加費: 無料
- ✓申込先Eメール: office@maritashakyoo.or.jp

主催 NPO法人 地域精神保健福祉機構 (コンボ)
〒272-0031 千葉県市川市平野3-8-2 TEL 047-320-3870 / FAX 047-320-3871

4月26日(土)に、『心のふれあいフェスティバル』が開催予定です。今年も所外活動で参加したいと思います。集合時間や集合場所については、改めてお知らせします。

また、4月12日(土)に、米本団地で『フラワーフェスティバル』も開催される予定です。こちらも詳細が分かり次第、お知らせします。

2月22日より、『ピア・サポーター養成講座』の視聴も始まっています。こちらは、先月お知らせしたとおり5月末までの予定を出しています。都合が合わなかったり当日参加できなかったりした時は、別日での設定も可能ですので、鴨志田までご相談ください。

絵手紙教室開催中



今年から、毎月2回白鳥先生をお迎えし、絵手紙教室を開催しています。

普通の絵手紙も行いますが、最近参加者さんの中では、ソフトパステルが大人気！参加者の皆さんのセンスと、ソフトパステルのやわらかい色合いに、とても癒されます。同じ題材を使用しても、色の使い方や強弱のつけ方で雰囲気さがらりと変わるのも、奥が深くて面白いです。

和紙を使って作品を作るのも人気です。イラストを描いたり文字を書いたり…。皆さんの感性の豊かさや言葉選びに、毎回心が温かくなります。

また、昨年からはじめたカレンダーも、交流室に飾りました。大きくて見やすいカレンダーです。今年の方は5月までしか出来ないの、絵手紙の時間に作成できると嬉しいな、と思っています。

出来上がった作品の講評をした後、皆さんの作品を写真に収める方も多いです。作成した作品は、1か月程交流室に飾らせて頂きます。



今月の豆知識



3月3日はひな祭り。元々は、人形（ひとがた）に厄をうつし、川に流した『流し雛』が由来とされています。現代の様に女の子の健康を願う行事になったのは、江戸時代に入ってから。

ひな祭りに飾る『菱餅』の由来を知っていますか？諸説あるようですが、繁殖力の強い『ヒシ』をかたどった形で、子孫繁栄や長寿を願ったとされています。江戸時代はヨモギの緑、ヒシの実の入った白の2色でしたが、明治時代にクチナシで色付けされたピンクの餅が加わり、現代の3色の菱餅になりました。

赤は魔除けの意味もあります。菱餅が下から、緑・白・ピンクと並んでいる時は、新芽が雪の下から顔を出し、桃の花が咲いた春の訪れを表しているとも言われます。



第201回 利用者懇談会

I 意見箱（利用者の声）⇒今月はありませんでした。

II 3月の予定

- 3/ 1(土) ピア・サポート養成講座②『ピア・サポートに役立つメンタルヘルスの基礎知識』 13:30～
- 3/ 6(木) 絵手紙 10:00～11:30 白鳥先生
- 3/ 8(土) 清掃と食事会 10:00～ 会費 300円 申込6日まで
利用者懇談会もあります
- 3/ 8(土) ピア・サポート養成講座③『ピア・サポーターの雇用』 14:00～
職員会議のため、16時閉館
- 3/12(水) 卓球 13:30～15:30
- 3/13(木) 清掃と食事会 10:00～ 会費 300円 申込 10日まで
- 3/15(土) ピア・サポート養成講座④『法制化とピアサポーター』 10:00～
- 3/15(土) 絵手紙 13:00～15:00 白鳥先生
- 3/20(木) パン作り教室 10:00～ 材料費シェア メニューはバターロール 申込 17日まで
- 3/22(土) リカバリー全国フォーラム 2024 10:00～16:00 **申込 14日まで**
- 3/22(土) おやつ研究部 13:00～ 材料費シェア メニューは桜もち&フライドポテト
- 3/26(水) 卓球 13:30～15:30
- 3/27(木) 清掃と食事会 10:00～ 会費 300円 申込 24日まで
- 3/29(土) ピア・サポート養成講座⑤『ピア・サポートの原点と経験者の力』 10:00～

