

NPO法人練馬家族会

特定非営利活動法人 練馬精神障害者家族会

2015年12月・2016年1月号

発行元：NPO法人練馬家族会事務局 〒176-0012 東京都練馬区豊玉北1丁目2-3 エトワールマンション101

URL: <http://www.nerima-kazokukai.net/> Tel&Fax.No.: 03-3994-3382 E-Mail: info@nerima-kazokukai.net

練馬家族会では、

精神障害者が共に普通に暮らしていける地域社会の実現を目指しています。

家族の思いを分かちあう交流会、および勉強会、一般の方々の理解と協力を得るための活動と、障害者がより質の高い生活を送るための支援などをおこなっています。

—皆さまのご参加をお待ちしています—

- **家族交流会**・他の家族の方々とお話ししてみませんか。
 - ・ 日時：第4金曜日 13：30～16：30 ・ 初めての方は事前にご連絡ください。
 - ・ 場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3階 研修室5（練馬駅北口1分）です。
- **家族会電話相談**いたします。TEL 3994-3382 平日午後2時～4時（土、日、祝日を除く）お気軽にお電話下さい。

平成27年度第7回交流会、勉強会

生活保護制度の概要

日時：平成10月23日 13：30～16：30 場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3階 研修室5
講師：光が丘総合福祉事務所 保護第2係長 加瀬 茂久氏

1 生活保護とは

憲法第25条に定められた「すべての国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。」の理念に基づき生活保護法が制定された。「最低限度の生活」を保障するとともに生活の自立を援助する制度である。

2 練馬区の総合福祉事務所の実施体制

練馬区では練馬総合福祉事務所、光が丘総合福祉事務所、石神井総合福祉事務所、大泉総合福祉事務所で生活保護を扱っている。住所により所轄が異なる。生活保護を受けたい場合は最初に相談係に行く。申請受付と受理決定後、地区担当員が定期的訪問し調査・相談業務を行う。

3 生活保護の仕組み

●世帯単位原則

世帯を単位とする。ここにおける「世帯」とは現に家庭を共同して生計を同一している者の集まりで同居人も含まれる。

●最低生活費

・国の定め保護基準により算定した1ヶ月の最低生活費と世帯の収入を比較し、収入が最低生活費を下回っている場合、保護の対象となり不足分を保護費として支給する。

・収入とは稼働収入 手当 仕送り 借入金(借金、サラ金から借りたお金等)等である。

4 保護の受給要件

- 資産の活用：・不動産は売却できなければ収入としてみない。但し受給していれば売却後に返還を求める。・自動車は原則とし保有を認めない。しかし仕事に使うとか通院するのに必要とかという場合は保有を認める。・生命保険は、生命保険の解約返戻金があれば収入とみなし受給をしていれば返還を求める。・預貯金は保護基準の二分の一までは保有を認める。
- 他方他施策の優先活用： 年金・手当をもらっていればそれが優先し不足部分を支給する。
 - ・医療費制度 他の制度(自立支援医療費制度等)の利用が優先、不足分は生活保護費。
- 稼働能力の活用： 働けない人は仕方が無いが働ける人は働いて収入を得てもらう。
- 扶養義務の活用： 扶養義務者は生活保護者を援助できる部分は援助をしてほしい。最近このことについての国の指導が強くなっている。
- 暴力団員にたいする保護の適用：適用しない。
- 外国人に対する保護の適用：日本人が対象であるが外国人に対しては準用する。

5 生活保護の申請から決定まで

生活保護の相談は最初面接員が聞き取りを行い、その結果保護を希望する場合は収入や資産等に関する資料を提出してもらう。その後地区担当員が収入・資産・扶養義務者の状況等について聞き取り調査をする。決定は申請から最長で30日以内に行う。

6 生活保護の種類

- 生活扶助：衣食、高熱水費や日用品等の費用
- 教育扶助：義務教育に必要な学用品、給食費等。
- 住宅扶助：家賃補助である・単身者 53,700 円、複数人世帯 69,800 円以内（人数による上限額あり）・敷金や契約更新料・建物補修費等
- 医療扶助：医療費・施術費 支給可 制限がある。
- 介護扶助：40 歳～65 歳未満の人で介護保険の必要が出た人は保護費でみる。65 歳を超えると介護保険で 9 割をみて 1 割は保護費から。・介護保険料 保護費から
- 出産扶助：分べん費用。入院助産制度の活用これによらない場合保護費でみる。
- 生業扶助：生活保護受給者が職を得るために必要な技能修得費 高校に通うための諸費用
- 葬祭補助：葬儀にかかる最低限の費用（火葬のみ）
- 一時補助：
 - ・被服費—平常着、大人の紙おむつ ホームレスが入居する際の布団等
 - ・移送費—通院交通費 引越・求職のための交通費等・中学校の入学準備金・家具什器費 保護開始時に入居する際生活に必要な物 娯楽品は対象外
- 加 算：障害者加算 母子加算 介護保険料加算等

7 収入の認定

- 就労による収入：総収入額に応じて就労のために必要な経費として基礎控除がある。
- 年金・手当 各種年金 手当
但し区の障害者福祉手当は認定除外である。
- その他の収入：生命保険の給付や解約返戻金 休業手当 敷金の返金 臨時給付金等。

8 保護費の使い方

特定の項目（住宅扶助費等）で支給される保護費は目的外使用は不可である。生活扶助費は原則として使途は自由だが遊興費は趣旨に沿わない。家具や家電買換え等の目的のある貯蓄は認めるが限度がある。

9 医療機関の利用について

生活保護受給者は支給された医療券を提出することで費用は無料となる。社会保険加入者は

社会保険証と医療券を併用し無料となる。自立支援医療や難病医療証を持っている人は各制度を優先的に使用する。指定疾病以外の医療で医療保険によるものは生保の医療券を使う。

10 介護保険制度の利用

生保で 65 歳以上の方に介護保険料を支給している。介護保険を利用するとき 9 割を介護保険課が支給し 1 割を生保で支給する。本人負担は無い。65 歳未満の特定疾病に該当する方は利用料の全額を介護扶助費で支給する。

11 保護の廃止

収入が最低生活費を上回った場合廃止になる。又概ね6ヶ月程度の最低生活費を上回る一時的な収入があった場合も廃止となり遡って返還を請求する。逮捕・拘留の場合起訴されたら廃止でそれ以前は停止である。

12 保護受給中の義務

稼動収入があった場合や世帯の人員に変化があった場合は申告しなければならない。収入の不正な申告で不正受給をしていた場合には罰則がある。

13 公共料金の免除

都営交通・NHK 受信料は無料。水道料金は減額。粗大ごみの無料券の支給等がある

14 自立支援プログラム

支援を専門員にやってもらっている。

- ① 就労支援プログラム：就労支援専門員や就労サポーター。ハローワークの巡回相談によって就労を支援して自立できるようにする。
- ② 精神保健福祉支援：・退院促進プログラム—専門員が退院後の生活等に相談に乗る。
・居宅生活支援プログラム—在宅生活を送っている障害者に通院補助等をする。
- ③ 高校通学支援プログラムと学力向上プログラム
- ④ 不登校等子ども支援プログラム
- ⑤ ホームレスに対する居宅生活支援プログラム
(以上文責 H・K 生)



生活保護制度の話を聴いて

私亡き後息子の事を考える時、息子の安定した生活を祈るような気持ちで願っています。

以前から世間話のように耳にするだけでしたが、もう少ししっかり知りたいと思っていましたのでよい機会でした。でもお話しは難しくよく分かりませんでした。色々な条件がある事、色々なケースがある事、色々な解釈がある事など知らなければならぬ事が沢山あるようです。

息子が受給を考えるようになった時、困ることをなるべく減らしておいてやりたいと思っています。

(HK)

巷でも色々な問題点が指摘されていますが、通常の家庭ではあくまで他人事としてのテーマと考えられてしまうのでしょうか？

しかし、当事者を抱える家族には（当然ながら、我が家でも）、最終的には避けては通れない関心のあるテーマであり、講演会の後の他の家族の方々の質問を聞いていても、切実だし、よく勉強されているなど感じました。

避けては通れないテーマだといいいながら、実際に受給に至るまでには様々な壁があると思います。

① まず、そもそも申請する時に、家族の見栄や本人の反対、そうでなくても、要件自体を理解するのが困難。

② やっと申請する気になったとしても、要件自体の理解が難しいのみならず、不正受給が問題となっている状況の下、認定してもらうのが困難。

実際、我が家のケースでは、入退院を繰り返し、入院させる際に毎回多大なエネルギーを使ってしまうので、やっとの思いで入院させた後には、そんな面倒な手続きまで頭がまわらず、申請に行きつかないという繰り返しでした。

ようやく今年の4月に、地域のNPOの方々の尽力により受給に至り少しホッとしています。自分自身、今回の講演会の中でもわからない話なども多々あり、勉強不足だなあと痛感させられました。

今回のテーマに限らず、家族としてどう関わっていくべきか、これから少しずつ学んでいきたいと思っています。
(M)

35歳の息子はいま自活訓練中です。住居費と生活費を障害年金と親の補助で賄っています。息子も容易に就労できず、親の方も年金生活から捻出することが次第に難しくなり、年ごとに不安が募ります。

そんな矢先、彼から補助の増額要求がありました。彼の現在の生活の指標となっているのが『生活保護制度』です。親亡き後の将来、受給者となることを想定して今の生活設計をしようと考えているようです。

そんな彼がどこで得た情報か、東京都では受給者に冬季手当が月額2080円支給される。ついては、11月から3月まで増額してほしいというのです。

寒冷の地ならともかく、政府が不当にも社会保障費を削っている折にそんな特別な手当が東京都で支給されるだろうか。返答に窮している父の不勉強が非難されました。無知なわたしにはタイムリーな「勉強会」でした。

講師はベテランの現職係長さん。

適用の実際をいろいろ教えて頂きました。親なきあと、ささやかながら不動産が遺される。身近に姉もいる。当面、わが息子に受給資格があるとは考えられません。しかし、現実には不動産が容易に売却できない場合などもあり、我が家にとっても切実な課題であることが判りました。

尤も、時間が足りなかったのかお役人さんのせい、2013年以来毎年の生活保護基準の引き下げによる大幅な減額に就いては触れませんでした。減額は生活保護利用者以外の低所得層をも苦しめ、最低賃金の基準にも関わる憲法25条（健康で文化的な生活）違反だとなって訴訟になっているようです。

会場の皆さまの質問に比べて、「冬季手当」はあまりに瑣末なようで問うことをためらいました。のちに区役所に問い合わせました。息子の言い分は確かでした。
(NK)

医療法人社団一陽会

こころのクリニック石神井

当院は予約制となっております。

ご相談の際はまずお電話にてご相談ください。

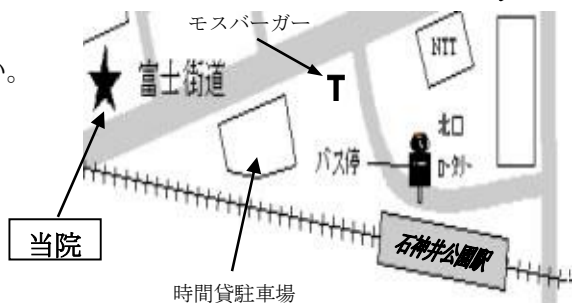
TEL:03-3997-3070

日曜・祝日・水曜日休診

〒177-0041 東京都練馬区石神井 4-3-16-101

●家族相談・精神保健相談

お気軽にご相談下さい



練馬区への平成28年度予算に向けて精神保健福祉事業関係の要望について

予算要望に行ってきました
8月25～8月31日

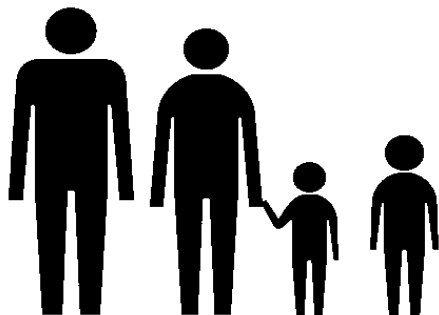
お願いした区議会会派：

1. 自由民主党（18人）
2. 公明党（12人）
3. 日本共産党練馬区議団（6人）
4. 民主・無所属クラブ（5人）
5. 生活者ネットワーク（3人）
6. 市民の声ねりま（2人）
7. 市民ふくしフォーラム（1人）
8. 無所属（1人）

行政へも提出しました。

・練馬区長
・障害者施策推進課長

ご一緒頂いた会員の方々には、暑い中
お疲れ様でした。
これからも、皆様方のご支援をお願いします。



（会員子弟の作品です）

1. 精神障害者にも身体障害者、知的障害者と同レベルの医療費助成をして頂きたい。精神障害者の医療費助成は精神科の通院医療 1 割助成に限られていたが、精神科入院、歯科を含めた他の診療科通院、入院全てに助成して頂きたい。
2. 思春期における心の病の啓発を充実して頂きたい。精神障害の発症乃至は初期兆候が多い思春期 13～14 歳を対象に心の病の啓蒙・啓発を進めて頂きたい。
3. 精神障害者に対する、公共交通機関の運賃割引等の支援策について、他の障害者との差別を解消するようご支援頂きたい。
4. 心身障害者福祉手当の精神障害者への支給をして頂きたい。精神障害者に対する、公共交通機関の運賃割引等の支援策について、他の障害者との差別を解消するようご支援頂きたい。
5. 福祉タクシー券
6. 障害者就労を促進するため障害特性を踏まえた支援の強化をして頂きたい。
7. 練馬区独自のアウトリーチ事業について：都内23区初の試みを成功させて頂きたい。
8. 差別の解消をするため、障害者差別解消支援地域協議会を設置して欲しい。
9. 障害者差別に関する条例制定を実現して欲しい。

きらら風便り

練馬区障害者計画・第四期障害者福祉計画について④

豊玉地域生活支援センター所長 岩田敏洋氏

練馬家族会の皆さま、こんにちは。日頃より地域生活支援センター、練馬区社会福祉協議会の活動にご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。

今回も前回に引き続いて、平成 27 年 3 月に策定された「障害者計画・第四期障害者福祉計画」について、施策 8「安全・安心な暮らしの支援」と施策 9「保健・医療体制の充実」についてお伝えします。

施策 8「安全・安心な暮らしの支援」では主な取り組みとして「防災対策の推進」「防犯対策の推進」「福祉のまちづくりの推進」を挙げています。

練馬区の取り組みでは、大規模な災害を想定して、自力で避難することが難しい方や、配慮を必要とする方を対象に「災害時要援護者名簿への登録」というものがあります。名簿を各避難拠点に配備して、そこに集結した民生・児童委員や区民防災組織等の協力を得て、安否確認を行う仕組みです。名簿への登録方法は、区役所などに置いてある申請書に記入して送付することで完了します。

また、日常の外出時や災害時などの緊急時に手助けを求める手段の一つとして、「ヘルプカード」ができました。平成 26 年 7 月に作成されたもので、周りの方へ手助けや配慮が必要であることを伝えることができます。既にカバンなどに着けて活用している方を見かけたことがある方も多いと思います。福祉事務所や保健相談所、地域生活支援センターなどで配布していますのでご利用ください。

施策 9「保健・医療体制の充実」では「精神障害者支援の充実」「地域移行支援の充実」「難病患者等の支援」「受診しやすい環境づくり」を挙げています。

「精神障害者支援の充実」に関しては、保健相談所に「地域精神保健相談員(精神保健福祉士)」を配置し、医療や障害福祉サービスを受けていない精神障害者に対して、医師・保健師等と訪問支援(アウトリーチ)を実施することとなっています。アウトリーチ支援は、練馬家族会の方たちが長年にわたり切実に要望してきた結果とも言えると思います。現在は、豊玉と石神井の保健相談所に 1 名ずつ配置されています。きららでも保健師との連携に加えて、地域精神保健相談員との関わりも増えてくると思いますので互いに協力して支援を行っていききたいと考えています。

11 月の声を聞き、きららでは酉の市でのお汁粉の販売をしてきました。今年は、11 月 5 日(一の酉)と 29 日(三の酉)に出店しました。お汁粉を日頃お世話になっている商店会の方たちに食べていただいています。また商店会の方から「今日はどう?」「頑張ってる?」等の応援の声を掛けていただき、きららと地域の方たちとのつながりを感じる時間となっています。

お薬について
いつでも御相談ください

共生舎 なすな薬局

東京都練馬区大泉町 2-22-1
TEL 03(3978) 2 2 6 6
FAX 03(3978) 2 2 1 5
陽和病院・練馬ゆめの木 前



【営業時間】
9:30~17:30
休業日 土曜・日曜・祝祭日
※、日曜通り

～心の扉を開く医療がここにはあります～

医療法人財団厚生協会

大泉病院

《診療科目》 精神科・神経科・心療内科・歯科

〒178-0061 東京都練馬区大泉学園町 6-9-1

Tel・03-3924-2111 (代表) Fax・03-3924-3389

★診療について★

受付 午前 9:00~11:30 午後 1:00~3:00

診療日 月曜日～土曜日 (水曜日は午前のみ)

休診 水曜日午後、日曜日、祝祭日、年末年始

受付時間内は、経験豊富な専門医が常時 2~3 名担当しております

みんなの声

このコーナーは会員の皆さまと創っていくコーナーです。原稿は随時募集しております。（随筆・感想・さし絵・イラスト etc.）お気軽にご意見お寄せ下さい。

① 会報 8・9 月号の当事者 TK さんのお母さんに対する思いやりが伝わってくる文がとても良かったです。（会員・K 子）

② ある母の記

息子の変調に気づいたのは、息子が高校を卒業し専門学校に通い始めた頃でした。ある日私が仕事から帰ってくると 2 泊 3 日の新入生オリエンテーションに行ったはずの息子が布団をかぶってふるえているではありませんか。聞けば同級生のグループからいじめにあった、背後から何度も「死ね」と言われたとの事でした。

私も半信半疑でしたが親の干渉をうるさがる年頃、様子を見る事にしました。その後身体の匂いが気になると防臭スプレーを 1 本まいてしまったりテレパシーが通じると言ったり言動がおかしくなり学校も休みがちになってきました。そして冬試験中に突然教室を飛び出して保健室にいと学校から連絡がありました。聞けばひっきりなしにいろいろな声が聞こえちっとも集中出来ないという事でした。そこで精神科を受診し統合失調症との診断を受けました。

学校を辞め家にいる様になりましたがブツブツ独り言を言ったり薄笑いを浮かべたり薬も私が見ていないと飲まなかったりしました。変わってしまった兄をみて妹は毎晩泣いていました。私も何処にいても息子の事が気になり知人に「息子さん元気？」と聞かれても「ええ、まあ」としか返せず息子の事は伏せていました。

非協力的に思えた主人に「F の事もっと解ろうとしてよ」と本を突き付けた事もありました。でも今思うと仕事も忙しく週に 1 日しか休みが利かない主人が一番つらい思いをしていたのかもしれない。そんな時保健所で練馬家族会の会報を見つけ、会に参加して「つらかったですね」「よくわかります」「うちもそうでした」と暖かいお言葉をかけて頂き胸のつかえがすーっと溶けていきました。

このころになると息子も通院服薬を自分で出来る様になってきました。息子は高校生の頃からカードゲームが好きで友達と秋葉原や中野に行く事が楽しみでした。ある体調が悪い時に友達の N 君から TEL がありました。その時「今まで言わなかったけど俺は統合失調症という病気なんだ。だから今は人ごみに行きたくないんだ!」とつっけんどんに言って TEL を切り布団をかぶってしまいました。布団の中で泣いていました。病識が無いのも困りますが病気を知り今までとは違うおのれを知る事も本人にとってはとても辛いことなのだと思います。

（次ページへ続く）

お薬について
いつでも御相談ください
なずな薬局 石神井店

東京都練馬区石神井町 4-3-16
TEL 03 (5393) 0 5 0 5
FAX 03 (3904) 9 2 9 3
石神井公園駅すぐ西の路切そば・駅より徒歩4分

寄り添う 心と ころ

精神科急性期治療、高齢化社会に対応した認知症治療病棟
専門医師とスタッフたちが愛情込めて適切に対応します

（交通のご案内）

武蔵関駅(西武新宿線)より 徒歩15分 又は関東バス「荻窪駅行き」「三鷹駅行」にて

慈雲堂前下車徒歩3分

大泉学園駅(西武池袋線)より 西武バス「吉祥寺駅行」にて関町北一丁目下車徒歩10分

（診療科）

精神科 内科

（併設など）訪問看護ステーション 精神科大規模デイ・ケア/デイナイトケア グループホームまいとりい

♡♡ ここは 武蔵野サンクチュアリ ♡♡

医療法人社団じうんどう 慈雲堂病院

院長 田 邊 英 一

東京都練馬区関町南4-14-53

〒177-0053 TEL. 03(3928)6511

homepage: <http://www.jiundo.or.jp/>



それから3日程してN君とTELで談笑している息子をみて「ああN君はFを病気ごとと受け入れてくれたのだ。ありがたいなあ」と胸が熱くなりました。

それからもうひとつ、息子は小学5年生の頃からやっている習い事がありました。息子が発病した時も私は習い事の先生に病名を告げませんでした。相当言動もおかしかったと思いますが先生は普通に接して下さっていた様です。他の習い事、学校まですべてやめてしまった息子ですがその習い事だけは今だに続いています。なぜか？その先生は昔からレッスン終わるとお茶とお菓子でゆっくり息子の話を聞いてくださり、楽しいひと時を作って下さっていたからです。

今息子は28才。就労継続支援B型事業所で半日働かせて頂いています。体調の悪い時もありますが「症状がでた」という言い方で自分で仕事場にTELするなり対処できるまでになりました。これも辛い時期に家族以外にも息子を受け入れゆっくり話を聞いて下さった友達や習い事の先生、家族会の方や周りの皆様のおかげと感謝しております。長文になり大変失礼致しました。(ペンネーム 細谷こゆき)

漬物の
重石増やして
年暮るる



H
K

きらら・ういんぐ・NPO 法人練馬家族会共催
誰でも参加できる SST

日時：平成28年1月30日(土) 14時～17時

場所：豊玉障害者地域支援センター

きらら交流室

講師：村本好孝氏

(株)ここから代表取締役

看護プランナー

都民精神保健啓発講演会

東京つくし会連続講演会第3回

心の病は”ひとごと”ではない！

—病気の正しい理解と早期発見—

講師：香山リカ氏(精神科医)

立教大学現代心理学部教授

日時：平成28年1月24日(日)

14:00～16:00(開場13:30)

場所：練馬区立区民・産業プラザ3階

ココネリホール 練馬区練馬1-17-1

電話03-3992-5335

入場料：無料 先着450名

車での来場はご遠慮ください。

主催

：東京都

：東京都精神障害者家族会連合会

(東京つくし会)

：特定非営利活動法人練馬精神障害者家族会

精神保健福祉講演会

大人の発達障害 正しい理解と支援のために

日時：平成27年12月4日(金)

14:00～16:00

場所：練馬区立区民・産業プラザ3階

ココネリホール

講師：昭和大学発達障害医療研究所長

公益財団法人神経研究所附属清和病院理事長

加藤 進昌先生

(数少ない大人のための発達障害専門外来を
開設され発達障害研究の第一人者です。)

申込：電子申請(練馬区ホームページより)

または電話、ファックスで大泉保健相談所へ

電話：03-3921-0217

ファックス：03-3921-0106

NPO 法人練馬家族会 入会のお誘い

- ・隔月に発行する会報と毎月発行の都連つくしだよりをお届けします。
“みんなねっと”をご希望の方は事務所までご連絡ください。
- ・毎月行なわれる交流会、勉強会及び、福祉施設見学会（年2回）、講演会（年3～4回）にご参加いただけます。
- ・その他、随時おこなわれる行事には家族揃ってのご参加をお待ちしています。

- ・会 員：年会費 9,000 円（個人、但しお支払い方法は一括払い、4,500 円の2回分割払いでも結構です）
 - ・賛助会員：年会費 3000 円（団体可／一口）
- <振込先>
三井住友銀行 中村橋支店
普通預金 口座番号 1588974
口座名義：特定非営利活動法人練馬精神障害者家族会

NPO 法人練馬家族会 12・1 月スケジュール

■12 月 5 日（土）

障害者フェスティバル
時間：10：00～15：00
場所：光が丘公園ふれあいの径
甘酒とリサイクル品バザー

■12 月 12 日（金）

望年会（第9回交流会）
時間：10：00～15：00
場所：光が丘区民センター 2 階 調理室
詳細は下記「望年会のお知らせ」に

■1 月 9 日（土）

2015 年度第 10 回運営会議・理事会
場所：NPO 法人練馬家族会事務所
時間：14:00～17:00

■1 月 22 日（金）

2015 年度第 10 回練馬家族会交流会
時間：13：30～17：00
場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階 研修室 5

■1 月 24 日（日）

都民精神保健啓発講演会「心の病は”ひとごと”ではない！」
日時：平成 28 年 1 月 24 日（日）14 時～16 時
会場：練馬区立区民・産業プラザ 3F ココネリホール
講師：香山リカ氏（精神科医）詳細は 7 ページお知らせに

区内各保健相談所「家族の集い」12・1 月スケジュール

※初めての方は、事前に、各保健相談所の家族教室担当保健師か、地域の担当保健師にご連絡ください。

12 月 11 日（金） 1 月 8 日（金） 13:30～15:30
関保健相談所 関町東 1-27-4 電話 03-3929-5381
12 月 15 日（火） 1 月 19 日（火） 14:00～16:00
北保健相談所 北町 8-2-11 電話 03-3931-1347
12 月 21 日（月） 1 月 休み 14:00～16:00
豊玉保健相談所 豊玉北 5-15-1 電話 03-3992-1188

12 月 22 日（月） 1 月 25 日（月） 14:00～16:00
石神井保健相談所 石神井町 7-3-28 電話 03-3996-0634
12 月 休み 1 月 6 日（水） 14:00～16:00
光ヶ丘保健相談所 光ヶ丘 2-9-6 電話 03-5997-7722
12 月 休み 1 月 19 日（火） 10:00～12:00
大泉保健相談大泉学園町 5-8-8 電話 03-3921-0217

※大泉保健所と石神井保健所では、日程・日時に変更がありますので、必ず事前にお問い合わせください。

一望年会のお知らせ

日時：平成 27 年 12 月 12 日（土）10 時～
場所：光が丘区民センター 2 階 調理室
費用：一人 1,000 円 会員の家族当事者は
無料、その他の当事者は 500 円です。
ビンゴの景品として、100 円程度の物をひとり一品以上お持ち下さい。豚汁とサラダをみんなで作りましょう。お弁当もありますよ。

家族会

事務所の
冬休み。

12 月 26 日
（土）～
1 月 3 日
（日）まで

障害者フェスティバル

日時：平成 27 年 12 月 5 日（土）

10 時～15 時

場所：光が丘公園ふれあいの径

家族会では恒例の甘酒とバザーの出店をします。お立ち寄りください

バザー用品募集中!

大泉学園北口徒歩 3 分

医療法人社団地精会

大泉 金杉クリニック

神経科・精神科・心療内科

～精神科デイケア・ナイトケア・訪問看護～

<http://www.kanasugi-clinic.com>

TEL 03-5905-5511（予約制）

練馬家族会 会報 2015 年 12 月・2016 年 1 月号

2003 年 11 月創刊 通巻第 143・144 号

発行日：2015 年 11 月 20 日

発行所：特定非営利活動法人

練馬精神障害者家族会 事務局

〒176-0012 東京都練馬区豊玉北 1 丁目 2-3

エトワールマンション 101

Tel&Fax 03-3994-3382

発行人：NPO 法人練馬家族会

編集：NPO 法人練馬家族会

編集委員会

