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

2017 年 4・5 月号

発行元：NPO 法人練馬家族会事務局　〒176-0002 東京都練馬区桜台 1 丁目 6－3 吉村ビル 303

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

当会では、精神障がい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、障がい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てみませんか。
- 日時：第 4 金曜日 13：30～16：30
- 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。
- 初めての方は事前にご連絡ください。

○ **電話相談**：精神障がい者相談員による電話相談が始まりました。連絡先は 8 ページをご覧ください。

・練馬家族会のホームページに是非お越しください。なお、ＵＲＬは　http://www.nerima-kazokukai.net　です。
昨年からホームページに会報がアップされています。ご覧ください。
・会員投稿に関しては、法令、制度や固有名詞等以外の「障害」表記は原則として「障がい」または「障碍」とします。

NPO 法人練馬家族会　勉強会

就労支援プログラムとリカバリーキャラバン隊

日時：2017 年 1 月 27 日（金）　13：30～16：00
場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階　研修室 5
講師：桜ヶ丘記念病院　医療福祉部　医療相談室　精神保健福祉士　中原さとみ氏
中村　孝氏、堀川正志氏

当院は、2004 年より就労支援プログラムを開始し、働くことで生きがいを見つけることを目指しています。その実践例を示すため、キャラバン隊を派遣しています。

このプログラムは IPS（Individual Placement and Support）と呼ばれる個別就労・就学支援プログラムで、働きたい、学びたい意思を持った本人の社会参加をチーム体制でサポートしています。中原氏他の精神保健福祉士が、当事者の興味や長所、特技、発想の転換をもとに、本人に合わせたワーキングライフをサポートしていきます。

最初の仕事がジョブマッチングという、各人の個性（要望・長所・資格）とそれに合う職業を選びます。

ジョブマッチング（興味・長所・発想の転換）

	個性	職業
興味	歴史に興味がある	遺跡の発掘
	政治に興味がある	議員秘書の補助業務
	絵に興味がある	ギャラリーでの事務補助
長所	ビジネスマナーが得意	企業のメール担当
	英語が得意	翻訳家
	柔らかく優しい性格	介護
	手先が器用	製造
	礼儀正しい	芸能プロダクション
資格	Web デザイナー	ホームページ制作
	自動車整備士	配送業務
	日本語教師	日本語学校非常勤講師
発想の転換	対人関係が苦手	IT 関連業務 単独清掃作業
	交通機関が苦手	在宅勤務
	暑さ寒さに強い	屋外での作業
	朝起きられない	午後からの仕事

働き方は柔軟に

週 1 回あるいは 1 日 3～4 時間など働き方は様々です。ます、働いて、社会とのつながりや

役割が持てることで、充実感や満足感が得られ、治療に良い影響を与えるケースが多く見られています。

IPS について

精神障がい者は対人関係が苦手でストレスに弱い、不器用だから色々訓練してからでなければ働けないと 考えられ、訓練重視の就労支援が多く提供されてきました。

しかし、職探しをいち早く行い、実際に働く職場に合わせて支援した方がずっとうまくいくことが判りました。その上で、本人の希望や気持ち、そして長所を尊重し、医 療と一体となると、統計的により高い就職率や 定着率が 確認できました。この方法を Individual Placement and Support の頭文字を取り、IPS(アイ・ピー・エス)と呼びます。

個別就労・就学支援プログラムの特色

・あなたの魅力と可能性を活かしましょう
・短時間・短期間からでも一般就労を目指します
・働きたい方が参加できます
・多職種チーム・関連機関と協働してサポートします
・長所や興味に着目して支援します
・個別の経済的な相談を提供します
・迅速に職探しを始めます
・企業との関係を大切にしながら職場開拓をします
・就職後も継続的にサポートします

精神障がいと合理的配慮

障害者権利条約に基づいて障害者雇用促進法が改正され、雇用分野における障がいに対する差別の禁止、**合理的配慮の提供**が義務づけられています。

困難があり支援を必要とする人に対して、本人と周囲の人が納得した上で行われる配慮のことで、個々のニーズに合わせて設定されます。

例えば
視覚障がい⇒拡大文字
聴覚障がい⇒筆談
肢体不自由者⇒机の高さを調整
内部障がい⇒通院配慮
精神障がい⇒勤務時間配慮

厚労省の例示：
・面接時に就労支援機関の同席を求めること。
・業務指導や相談関し、担当者を定めること。
・業務の優先順位や目標を明確にし、指示を一つずつ出す、作業手順を分かりやすく示したマニュアルを作成する等の対応を行うこと。
・出退勤時刻・休暇・休憩に関し、通院・体調に配慮すること。
・出来るだけ静かな場所で休憩できるようにすること。
・本人の状況を見ながら業務量等を調整すること。
・本人のプライバシーで配慮した上で、他の労働者に対し、障がいの内容や必要な配慮等を説明すること。

キャラバン隊の中村さんの事例を紹介します。性格は明るく、ダジャレが大好きでお話途中でひっきりなしにダジャレが飛んできました。お別れする時、再会を期して固い握手をしました。

“働くこととリカバリー”

皆さんこんにちは。統合失調症を克服した中村と申します。32 才の時に発病し、3 回入院をしました。退院後は保健所のデイケアそして作業所へ通い、作業所の職員からも「もう一般の企業で働けるのではないか」と言われて、働く決心をしてハローワークに行きました。しかし病気のことはオープンにしていたので、会社はなかなか決まりませんでした。

それでも根気よくハローワークに行き、会社を紹介していただき、トライアル雇用で採用されました。3 ヶ月後、社長から「パートで本採用してあげる」と言われました。正直言ってとても嬉しかったです。「これで私も社会の一員となれる。この会社で頑張ろう」と思いました。

仕事はクリニックの清掃と老人ホームの洗濯と清掃の 3 つの仕事でした。働く前まではデパス、レボトミン、イソミタールを服用していましたが、とても副作用が多くて苦しみました。具体的には一日中眠い、喉が渇く、疲れやすい、集中力がない、身体がだるい等の症状がありました。こんな状態ではとても働けないので、主治医と相談して新薬のジプレキサ 1 錠だけにしていただきました。薬を減薬してから殆ど副作用はなくなりました。――――――今、私は働いているおかげで生活がとても充実して、良き友にも恵まれてとても幸福な日々をおくっています。

病気が治らないうちに働くことに意義があると思います。この病気は薬だけでは治りません。これから働きたいと思っている方は、デイケアや作業所も必要だと思うのですが、働くと生活のリズムがつくし、人と交わっていないと治りづらいと思います。精神障がい者だからといって働けないというのは間違いです。私は精神障がい者でも立派に働けることを社会に示したいです。

（MM）

NPO 法人練馬家族会、きらら、年金トータルサポート共催

障害年金の基礎知識
～受給のための３つのポイント～

日時：2017 年 2 月 26 日（日）14：00～16：30
場所：豊玉障害者地域生活支援センター　きらら
講師：山本奈央氏、石渡　孜氏
　一般社団法人　年金トータルサポート・コスモ
　TEL　03-3998-9006

年金説明会は毎年「年金トータルサポート・コスモ」と「きらら」と「練馬家族会」の３者合同で行っている。今回はその説明会の中で、障害等級の判定が都道府県によってばらばらなので全国的に共通な判断基準を定めて統一化を図った内容を抜粋して解説する。

精神の障害に係る等級判定ガイドライン

【１】日常生活の判定

□できる　□　　□　　□できない
1 点　　2 点　　3 点　　4 点

判定項目

（1）　適切な食事
（2）　身辺の清潔保持
（3）　金銭管理と買い物
（4）　通院と服薬
（5）　他人との意思伝達および対人関係
（6）　身辺の安全保持及び危機対応
（7）　社会性

以上の７項目を、できる１点からできない４点の範囲で医師が判定する。７項目の点数を合算し７で割って平均点を出す。

【２】日常生活能力の程度

（1）社会生活は普通にできる
（2）家庭内での日常生活はできるが社会生活には援助が必要
（3）家庭内での単純な日常生活はできるが時に応じて援助が必要
（4）日常生活における身の回りのことも、多くの援助が必要
（5）身の回りのこともほとんどできない。常時の援助が必要

	障害等級の目安				
程度	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
評定平均					
3.5以上	1級	1級又は2級			
3.0以上3.5未満	1級又は2級	2級	2級		
2.5以上3.0未満		2級	2級又は3級		
2.0以上2.5未満		2級	2級又は3級	3級又は非該当	
1.5以上2.0未満			3級	3級又は非該当	
1.5未満				3級非該当	3級非該

具体的な例をとって説明する。

【１】の日常生活の判定では、例えば夜中にコンビニで毎日同じ弁当を買ってきて、食べたものは部屋にほったらかしにしている。このような状態のとき(1)の「適切な食事」の項目で判定すると、一人ではいつも同じものを食べたり、食事内容が極端に貧しかったり、不規則になったりして経常的な助言や指導を必要とするという事で「3 点」と判定する。

また、(2)の「身辺の清潔保持」では、自室の清掃や片付けを自主的にはせず、いつも部屋が乱雑になるため経常的な助言や指導を必要とするという事で「3 点」となる。このようにして点数を出し平均点を算出する。次に【２】の日常生活能力の程度を見てみると、(4)の日常生活における身の回りのことも多くの援助が必要に該当するとした場合、評定平均は 3.0 以上 3.5 未満、程度は(4)を表に当てはめてみると、2 級と判定される。このように各項目を点数化して全体の平均点を出して、程度と合わせて等級を判定するのである。

なお、年金トータルサポート・コスモ毎月無料の年金相談会を「ココネリ」で開いているので相談したい方は問い合わせられたい。(文責　HK 生)

「心身障害者医療費助成制度（マル障）の請願」全会一致で都議会厚生委員会で採択

39 名の紹介議員と 13,166 名の署名を添えて都議会に提出した精神障碍者にもマル障をという請願は、2 月 17 日(金)に行われた厚生委員会において、公明党、民進党、共産党と都民ファーストの各党が都側に実施するための質問を行った後、全会一致で採択された。

東京都は、身体障がい者や知的障がい者には風邪やケガなどの内科・外科及び歯科などを受診した場合、かかった医療費の３割の自己負担分を都が負担する。ところがこの制度は精神障がい者には適用されていない。このため東京つくし会を中心とする「東京マル障の会」は、適用対象に精神障がい者を含めるよう運動してきたのである。

今後は 3 月 30 日に開催される本会議においての採決を目指す。よほどのことがない限りこの請願は採択されるので、そのあとは行政が平成 30 年度に予算措置をするようさらに運動をすすめていかなければならない。このことは容易なことでは無い。1 級までか、2 級までか、3 級まで含まれるのか。この予算措置が実現するまで運動を続けていかなければならないのである。今後ともご協力のほどよろしくお願いいたします。

きらら風便り

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。

あすなろ音楽会のご報告

練馬家族会様との共催で２月５日にきららを会場にして「あすなろ音楽会」を開催しました。

第１部は家族会の方によるコーラスやきらら メンバーによるギターやバイオリン、フルート演奏があり、ういんぐ有志によるハンドベル演奏など盛り沢山の内容で楽しみました。第２部は、「音楽グループぼさぼさの樹」の方たちをゲストに迎え懐かしい曲や世界の音楽に触れることが出来ました。

あすなろ音楽会の名称案は、家族会の関係者の方が提案してくださいました。「あすなろ」の樹はヒノキ科の常緑高木ですが「あすなろ」→「あしたなろう」「明日は檜になろう」という意味が込められています。「あすなろ」の樹は真っ直ぐに伸びていく樹でもあり、音楽を通して前向きな気持ちをタイトルに込めたと教えていただきました。音楽会は、とても和やかな雰囲気で進行し、曲の披露が終わると司会のスタッフから「演奏を終えて今の感想は？」「どのくらい練習しましたか？」「感動しました」等の質問や感想が寄せられ、「緊張しました」「みんなで歌えてよかった」等のお話がありました。

サブタイトルを『～音楽につつまれていやしの時間をすごしませんか～』としていましたが参加された方たちからは好評の言葉をいただきました。

今後も定期的に開催してほしいという声をいただいています。今回参加できなかった方は、楽しみにしてお待ちください！！

（音楽に合わせてリトミック体操）

（ぶっつけ本番？でも・・見事なハーモニー！）

寄り添う　心と　こころ
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

♥♡　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　邉　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/

（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ぃ

《練馬家族会の役員紹介コーナー》

個々にはいろいろな事を抱えながらも、家族会の活動をパワフルにこなされている役員の方々に、その元気の源を探るべく突撃インタビューをしました。引き続きご紹介します。

◆山田さん

① 趣味・ストレス解消法：

スポーツ観戦

根っからのスポーツ好きです。しかし自分で身体を動かすよりスポーツをテレビにて観戦することです。

特にラグビー観戦・・・VHS が発売された昭和 50 年代、早明戦、早慶戦、慶明戦を、必ずビデオに撮って繰り返し観ていました。
DVD が発売されてからは、前記の試合の他に全国高等学校ラグビーフットボール大会を撮って、素晴らしい熱戦の試合を観て楽しんでおります。

特に印象深かった試合は、昭和 50 年代の早明戦で、その年の下馬評が高い方が負けるジンクスがありました。大西鐵之祐が考案したフォワードから素早くボールを出してバックスが速い攻撃で展開する早稲田大学、北島忠治哲学のフォワードで間直ぐ前へ攻撃する明治大学、練習してきた攻撃スタイルを国立競技場で思う存分発揮して、毎年鎬を削る接戦を繰り広げる試合を夢中になって観ていました。
ノーサイド（ラグビーで試合終了のこと）後は今日も良い試合を観たという満足感に浸りました。
1975 年～1984 年　関東大学対抗戦　早明戦
早稲田大学５勝　明治大学４勝　引き分け１

読書

小説を読むことは少年時代から好きでした。若い時は乱読で著名な本をなんでも読みました。
30 歳前半は、城山三郎の経済小説、30 歳後半は、司馬遼太郎の時代小説
40 歳前半は、松本清張の推理小説と落合信彦の国際情勢や諜報関係の小説
40 歳後半からは、藤沢周平の時代小説

特にサラリーマン人生の一番厳しい時に、藤沢周平の本を読むとサラリーマンの悲哀を感じつつ現実に起こっている仕事の葛藤を忘れて、心が癒やされました。今でも繰り返し読んでいます。おそらく出版された 95%は読んでいると思います。

② 座右の銘

「着眼大局　着手小局」

実際はこの逆が多く、目先に捕われがちで失敗を積み重ねてきました。

NPO 法人練馬家族会
平成 29 年度第 1 回講演会
オープンダイアローグ：対話のしかた（仮題）

日時：2017 年 6 月 4 日（日）13：30～16：00
場所：練馬区民・産業会館ここねり 3 階
研修室 4
講師：陽和病院　精神科医師
森川すいめい氏

～心の扉を開く医療がここにはあります～

都市型病院を目指す

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

あすなろ音楽祭は大盛況でした！！

2017年2月5日（日）13：30～16：30
豊玉障害者地域生活支援センターきらら

家族会の企画で何かご家族も当事者も皆で楽しめて、交流のもてる場がないだろうか‥と考えた時、皆が好きな「音楽」に親しむ会はどうかと思いつきました。理事会で投げかけた所いいじゃないですか、やりましょうと賛成して頂き皆様の後押しで始まりました。きららさんにお声をかけたところ快諾して頂き合同での企画となりました。

9/30日を皮きりに反省まで全6回の話し合いをもちました。1部は歌や楽器を用いての家族や当事者の発表の場、2部はプロの音楽家を招いて来場者に癒やしの時間を過ごして頂く‥というイメージを共有して準備を進めてきました。チラシ作り、演奏家との連絡、会場図作り、当日の流れ確認etc.それぞれ役割分担決めて次回もちよる‥次第に形になっていく様子は楽しかったです。さらに「石神井障害者地域生活支援センターういんぐ」さんにもご協力頂ける事になりました。そして音楽会の名称も募集した所、当事者の方の案で決まりました。「大きなひのきにあすはなろう～♪」の希望がこめられた素敵な名称ですね。

当日はあいにくのお天気にもかかわらず40名を越えて満席となりました。1部はきららの岩田所長あいさつの後、女性コーラスの華やかな合唱から始まりました。次にギター、ハンドベル、バイオリン、フルートと当事者の方の演奏が続きます。人前で演奏する事は相当緊張されると思いますが、そのしっかりとした音色は心に響きました。

きららオープンスペースにてお茶とお菓子の休憩の後2部は音楽グループ「ぼさぼさの樹」さんの演奏です。登場シーンから沢山の小さな楽器による、クラシックの世界の音楽を繰り広げて頂きました。フルート、バイオリン、チェロによる素晴らしい演奏はさすがプロです。私たちも音楽とともに座ったまま手を上げ下げするリトミック体験もさせて頂きました。最後は演奏と共に「上を向いて歩こう」の大合唱。大いに盛り上がりました。その余韻冷めやらずのまま、松澤理事長の閉会あいさつとなり、お開きになりました。（志村）

あすなろ音楽会でフルートを吹いている時に症状が出ていたのですが、今まで練習した指の感覚だけで演奏していました。症状が出ている状態でも最後まで吹けて、自信になりました。

1部フルート演奏　（ 志村 文陽）

“きらら”であすなろ音楽会に参加させていただきました。

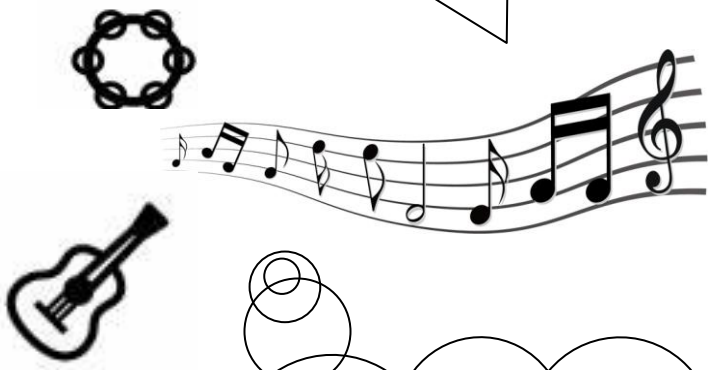
メンバーによる演奏もありました。人前で緊張しながら頑張っている姿に胸が痛くなり、「ガンバレ、ガンバレ！」と心の中で精一杯の応援をしていました。皆さん、えらい！　病のつらい時期を乗りこえ、しっかりと立ち自分を表現しているのです。これまでの頑張りが実っているのです。立派です。ご家族、まわりの方々の手助けを受けながら、今日のようにおだやかな楽しい人生を歩んでいってほしいと思います。

その後プロの音楽グループ「ぼさぼさの樹」のコンサートでいやされて、体が軽くなって帰ってきました。

企画してくださった理事の皆様、きららの皆様、ありがとうございました。（KT）

お世話になりました。
本日は素敵な機会を頂いて感謝致します。心より嬉しいです。ご準備された皆様方にどうぞよろしくお伝え下さい。
ぼさぼさの樹♪何か音を感じ、演奏をたのしんで、心ホッコリしてお帰り頂けたなら幸いです！
ありがとうございました。
（「ぼさぼさの樹」浅見様より）

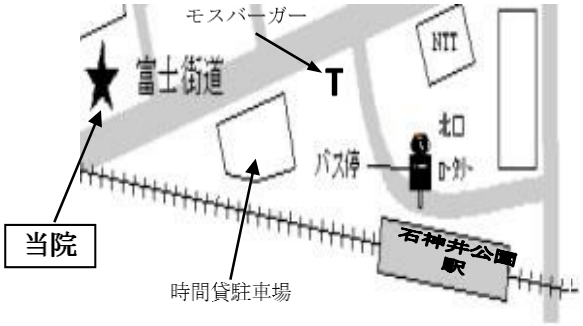
初めての試みとのことで、どの様な音楽会と思いながら参加致しました。
家族会メンバーによる合唱は、その場で初めて歌い伴奏もよく聞こえず参加することに意義ありということでした。但し工藤忠幸さんは最後までしっかり演奏して下さいました。
プロの女性3人組のぼさぼさの樹は、さすがで盛り上げてくださいました。
参加人数が少なくきらら、ういんぐメンバーによる演奏（聞き役も）もう少し多ければ今後は良い音楽会になる様に思います。　（YT）



アンケートのご協力もありがとうございました。一部ご紹介します。
「手作りの会という感じがして良かった」「楽しいひと時でした」「当事者の方々の演奏を聴き嬉しくなりました」「すごくリフレッシュ出来た」「ぼさぼさの樹は、お話、演奏共に楽しかった」「音楽は心が和みますね」「毎年開いて欲しい」etc.嬉しいご感想を沢山頂き、まずは成功に終わったのではないかと一同胸をなで下ろしております。皆様ご協力ありがとうございました。　（志村）

2月5日（日）に行われた「あすなろ音楽祭」はアットホームな雰囲気で、参加者が演奏にしっかりと耳を傾けてのんびりと音楽を楽しめました。
私は「練馬家族会」の合唱に参加いたしました。ぶっつけ本番ではありましたが、そこは練馬家族会の女性陣のチームワークで結託して歌いきりました。音楽や事前に音を録音していただきました工藤さん、ありがとうございました。そして、一緒に歌って下さった皆様もありがとうございました。
バイオリンやフルート、ギターの演奏、ういんぐの皆様のハンドベルなど演奏された方の芸達者ぶりには敬服いたしました。「ぼさぼさの樹」の皆様の演奏は普段中々聞けない楽器の音色の楽しさを体感できる素晴らしい演奏でした。
事前に準備をして下さいましたきららの皆様、有難うございました。
（東洋大学人間環境デザイン学科
堀田　公美様）

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



NPO 法人練馬家族会　入会のお誘い

・隔月１回発行する会報をお届けします。
“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 4・5 月スケジュール

■4 月 8 日（土）
2017 年度第 1 回運営＆理事会　時間：14：00～17：00
場所：NPO 法人練馬家族会事務所

■4 月 28 日（金）
第 1 回族会交流会
時間：13：30～16：30
場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階　研修室 5

■5 月 13 日（土）
2017 年度第 2 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

■5 月 26 日（金）
2017 年度第 2 回練馬家族会通常総会
時間：総会 14：00～15：00
　　交流会 15：15～16：30
場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階　研修室 2

区内各保健相談所「家族の集い」4・5 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。

4 月 12 日（水）	5 月 17（水）	14:00~16:00	4 月 18（火）	5 月 16 日(火)	10:00~12:00
光が丘保健相談所	光が丘 2-9-6	電話 03-5997-7722	大泉保健相談所	大泉学園町 5-8-8	電話 03-3921-0217
4 月 14 日(金)	5 月 1②日（金）	13:30~15:30	4 月 24 日（月）	5 月 22 日（月）	14:00~16:00
関保健相談所	関町東 1-27-4	電話 03-3929-5381	石神井保健相談所	石神井町 7-3-28	電話 03-3996-0634
4 月 18（火）	5 月 16 日（火）	14:00~16:00	4 月 24（月）	5 月 29 日（月）	14:00~16:00
北保健相談所	北町 8-2-11	電話 03-3931-1347	豊玉保健相談所	豊玉北 5-15-19	電話 03-3992-1188

―精神障がい者相談員が電話で相談を伺います―

・練馬家族会事務所への電話相談：　電話番号 03-3994-3382　　火・水・金　13：30～16：30
・携帯電話への相談：　松 沢　勝　070-4097-2801　月～金　10：00～17：00
　鬱田　英夫　070-3975-9372　同上　　渡邉ミツ子　070-3965-8791　同上
　工藤　邦子　070-3991-4924　同上　・携帯電話は受信専用になっていることをご了承下さい。

NPO 法人練馬家族会　通常総会のお知らせ

日時：平成 29 年 5 月 26 日(金)14：00～15：00
場所：区民・産業プラザ(ココネリ)3 階 研修室 2

正会員の皆様には是非ともご出席下さいますようご案内します。
なお、総会に引続き 15：15 からは家族交流会となります。

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
℡　03-5905-5511（予約制）

練馬家族会　会報 2017 年 4・5 月号
2003 年 11 月創刊　通巻第 159・160 号

発行日：2017 年 3 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
〒176－0002　東京都練馬区桜台 1 丁目 6-3
吉村ビル 303
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