

NPO 法人 練馬すすしろ会

(旧練馬家族会)

特定非営利活動法人 練馬精神保健福祉会 (旧練馬精神障害者家族会)

2021 年 8・9 月号

発行元：NPO 法人練馬すすしろ会事務局 〒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: 03-3994-3382 E-Mail: nfo@nerima-kazokukai.net

当会では、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、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てみませんか。
 - ・ 日時：第 4 日曜日 13:30～16:30 ※9 月 26 日 (日) の場所は豊玉リサイクルセンター (桜台) です。
 - ・ 場所：区民・産業プラザ (ココネリ) 3 階 研修室 5 (部屋は変更することがあります) 練馬駅北口 1 分
 - ・ 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を行っています。連絡先は 8 ページをご覧ください。

- ・ 練馬すすしろ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。
- ・ 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

NPO 法人練馬すすしろ会 令和 2 年度 (2020 年度) 事業・活動報告

理事長 松沢 勝

本年度は、コロナ禍 2 年目を迎え家族会活動は引き続き色々な面で制限を受けました。

第 1 に、集まる場所の制限が出てきましたため、中止ないし書面開催とせざるを得なかった会合がありました。

会員の皆様方には、この間、ご不便とご迷惑をかけましたことお詫び申し上げます。

活動実施状況を見るため、以下に開催実行 (○)、中止 (×) で示します。

○総会開催日の延期

変更後の開催日時：6 月 26 日 (金) 13:30～14:30 ココネリ研修室 4

○6 月の講演会は 1 ヶ月繰り延べ開催しました。

練馬区で前年に起きた大きな事件の背景を探るためでした。

2020 年 7 月 17 日 (金) 14:00～16:00 ココネリ研修室 5：古川俊一先生：東京警察病院精神科医師
テーマ：「精神科治療と主治医との相談のコツー元農水省次官息子刺殺事件から考える」

○毎月の交流会・勉強会の開催日を令和 2 年 9 月から日曜開催に切り替えました。

×夏季食事会：08 月 29 日 (土) に予定していましたが、中止となりました。

○2021 年度練馬区予算に対する要望事項纏め、区議団への請願予定日は次の通り実施しました。

○10 月理事会：10 月 10 日 (土) 午後 2 時～4 時予定通り開催。

×12 月交流会：12 月 27、及び望年会中止と決定。

○2021 年 2 月講演会：2 月 28 (日) ココネリ研修室 5

渡部伸氏 (行政書士、社会保険労務士) テーマ：「親あるあいだに親亡き後を」

○2021 年 3 月度講演会・勉強会

3 月 28 (日) 14:00~17:00 ココネリ研修室 1
(定員 30 名)

テーマ:「障碍のある人と感染症」

講師: 増田一世氏

(公益社団法人やどかりの里 理事長)

公衆衛生の問題、障碍福祉への影響、当事者の
現場からの意見等ウイルスとの共存について。

《第 16 回通常総会報告》

練馬区精神保健福祉会の第 16 回通常総会は下記
の通り開催されました。

記

1. 日時: 2021 年 6 月 27 日 (日)

13:30~14:30

2. 場所: 練馬区民・産業会館ココネリ 3 階
第 4 研修室

最初に松沢理事長から挨拶があり、議長に立候補
者がいないため、議長に佐藤副理事長を指名しま
した。

佐藤議長が、会員数 46 名、参加者 14 名、委任状
22 名で過半数の参加により総会が成立したことを
宣言した。

以下、第 1 号議案・令和 2 年度活動報告、第 2
号議案・令和 2 年度収支決算及び監査報告で問題
なしとの報告があった。ただ、活動報告の内容と
決算書で誤植があったので、再印刷して後日配布
するという事で了承を得た。

続いて第 3 号議案・令和 3 年度事業計画、第 4
号議案・収支予算及び理事の選出のすべてが承認
され、予定通り終了した。

議事終了後の懇談で、23 区のうち練馬区を含む
14 区で支給している福祉手当と、今年度から練馬
区で支給が決定した 3,000 円の福祉タクシー券

(自家用車の使用では 2,500 円の燃料費補助) に
ついての説明があった。ただ、いずれも 1 級のみ
で、今後 2 級への拡大を要求していくが、かなり
ハードルが高い課題である。皆様の協力で実現に
向けて頑張りましょうという話があった。

コロナ禍で、なかなか活動ができない状態です
が、できることを大切にして会の運営に当たりた
いと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

副理事長 轡田英夫

—都精民協主催 東京都下半期講演会—

《「ひきこもり」の理解と社会参加》

日時: 2021 年 3 月 25 日 14:00~16:30

場所: 赤羽会館大ホール

講師: 白梅学院大学子ども学部子供学科
長谷川 俊夫教授

今回の講演会は話すことが多岐にわたり、予定の 2
時間には収まらず 2 時間半にも及んだ。

【1】「引きこもりを生きる」を支援することの意味
～「ひきこもり」のゴールは「ひらきこもり」～

引きこもりの人は、一人でいたいと思っている
が、親は社交的で友達が多いのが良いと思っている。
この緊張関係から、本音を語れる親子関係を確立し、
本人が不安な状態から快適に引きこもることができ
るようにしなければ外に出る意欲が出てこない。

さらに、親の価値観を脅迫的に押しつけていくと、
本人は逆に閉じこもってしまう。いい加減に対応す
る度量が必要である。親は、どのような「ひきこもり」
状態であっても、安心できる環境を維持し、穏やかな
関わりを持つ事が大事である。快適に引きこもること
によって力を蓄えることができる。つまり、「引き
こもりを生きる」ことを支援することと言える。

【2】「私のよかれは子どもの迷惑」

引きこもるのは、少しホッとしたという気持ち
からから起きる。この時、親は病院に行こうとか言う
が、このことは子どもの気持ちとは乖離した対応で
ある。このような経緯で、親子間に乖離・緊張が生ま
れ、ますます深刻な状況になっていく。このように引
きこもりという自体が生じたときに、親は本人が安
心な気持ちがもてるように配慮し、親子間の信頼を
回復するように努めることが、引きこもりを解決す
る一歩となる。

しかし、引きこもりは病気ではないという事で、精
神障害者にあるような、医療施設や様々な制度がほ
とんどない。このような整備が必要であるので、なけ
れば制度を整えるように運動する必要がある。

【3】「誰もが安心して暮らせる社会とは」

この事のためには、次の 4 つの事から解放される
必要がある。

- (1) 自己責任論をやめる事である。社会問題と位
置付けて、社会的支援の必要性を求める事であ
る。支援をあきらめるのではなく、社会的支援を
求めていくことである。
- (2) 単一のゴールではない、多様なゴールを認
め、ゴールに優劣を無くすことである。

(3) リハビリをして、歩行障がい克服するような生き方ではなく、一方的に克服を求められない人生を送ることができるようにすることである。

(4) すべき・しなければならないという強迫的・義務的な思考と行動を求められないようにすることが大事である。

このようなことを実現するには、多様性を認め寛容性を持つ市民による共同性志向が不可欠である。「共生」とは「他人の力を借りて豊かに生きていくこと」である。

自己責任論では、本人がドロップアウトしたとき、本人・親に努力を求めて社会参加をめざすことになるのだが、社会的責任論では、本人の拒否は尊重して、社会の努力による社会的包摂へ向けた支援を行う事になる。

引きこもっている人とは、自死しないで、社会に出ることに慎重な態度から生まれる苦悩を表現している人たちである。そう考えると、支援の目標は無理しないで、本人を大切にする環境をどう作るかを考える事である。具体的に言うと

(1) 本人を変えようとするのではなく、本人を取り巻く環境を変えてみることである。緊張する環境から共存できる環境への変化に変える事である。

(2) 引きこもりの支援で大切なのは、「生きる」事の支援である。働く・他者と関わるといようなことを目標に支援するのではなく、引きこもりは「いのち」を守る方略の場でもあるので、「生きる」事の支援を認識することが大切である。

次に「80・50」問題における長期化・高齢化の問題について触れる。

(1) 精神疾患を背景にした引きこもりの長期化は次のようなケースが考えられる。

- ① 本人に病気の認識があるが治療を受けず、親も黙認あるいは無力化して現在に至っている。
- ② 本人・親の双方に病気の認識がなく、無策のまま現在に至って好転しない状態のままでいる。
- ③ 親は病気の可能性を認識しつつ、多くの働きかけを行うが効果が出ないまま現在に至る。
- ④ 本人は病気の可能性を持っているが、親が治療推進に非協力的で現在に至っている。

(2) 一方、発達障がいを背景にした引きこもりの長期化は、

- ① 本人が発達障がいであることの認識がなく、

自分の世界に閉じこもりを続ける結果として現在に至っている。

② 本人が発達障がいの認識があり、さまざまな社会参加への試みをするが失敗が続き、社会参加への意欲減退により社会から閉ざした生活を続けて現在に至っている。

③ 親が子どもの発達障がいに対する理解が不足していることで、精神的な社会参加への支援を行わず現在に至っている。

(3) 上記のほかに社会的引きこもりを背景にした引きこもりの長期化がある。

その一つは、人間関係・社会関係における心的外傷体験により対人恐怖・社会恐怖が強く、社会参加の機会を手にするが、その機会に順応できず自信を失い現在に至っている。

次に、家庭外の支援者がいないため、親の高齢化による支援力の低下により社会参加の機会が失われて現在に至っていることが考えられる。

さらに、親の積極的な働きかけがなく、引きこもる状態を容認することが継続することで現在に至っている。

最後に、働く必要性が切実ではなく、本人の意思に反して家庭的役割を遂行する状態で現在に至っているということである。

では、このような時親が直面している状態はどのようなものであるだろうか？以下の6つが想定される。

- I 自信を失っている→自己価値低下
 - II 親類・地域・友人から孤立している→社会的孤立
 - III 評価を気にしている→他者評価による傷つきや恐れ
 - IV 将来に対して大きな不安感を抱えている
 - V どうすれば良いのかわからないでいる
 - VI 疲れ果てている・困り果てている→疲労感・徒労感・困惑感
- こういった状態が想定される。

また、親が直面している困難とは

- I 子どもの生活状態や行動を理解できないこと
 - II 問題の解決方法がわからないこと・思いつかないこと
 - III 社会からのネガティブな評価による辛さ・苦しさ→社会的に誤った理解・評価
 - IV 打開策がないこと、出口・脱出口が見つからないこと
 - V 未来や将来に対して希望を失っている
- こういったことが想定される。

このような親の状態や困難さを克服するためには、子どもの支援と同時に親のケアが必要となる。親が喪失感・挫折感・不安感・焦りを持つのは当然である。こうした状況・状態を打開するためには以下のような親の力が必要となる。

I 助けて!!といえる力 II 見極める力 III 正しく取り組む力 IV 待ち続ける力
V 意味を変える力

ではこのような上記の五つの力をはぐくむには何が必要なのか

- ① 自己流の理解・メディアの情報を鵜呑みにせず、正しく学び・理解すること
- ② 原因や結果を必要以上に詮索しない（過去にさかのぼって犯人探しをしない）
- ③ 細く・長く・適度な距離を保って寄り添い、投げ出さない
- ④ 自分自身を責めない
- ⑤ 子どもと親の境界線を侵害しない
- ⑥ 新たな孤立を生み出さないため家族全員で協力する
- ⑦ 極端なゴールは手に入らないのでベストよりベターをめざす
- ⑧ 小さな成功を積み重ねる
- ⑨ 同じ悩みを持つ仲間や安心できる援助職と向き合い、他人の力を上手に利用する
- ⑩ 生活上の極端な我慢や無理はしない

このようなことによって上記の五つの力を付けることが必要である

最後に、私たちが日常でできること・大切にしたいことは

親や大人の欲望を子どもの人生に実現させようとしないこと

Doing＝何か行動する事で喜びを見出す事より
Being＝存在しているだけで幸せである事を大切にする

違って、異なっている、だから面白い・・・どれも難しいことばかり

できることは苦楽をともに一緒に生きていく

コントロール・フリー（非管理・非暴力・非抑圧）

の「対話」を育むこと

社会常識や多数派の考えから自由になること、強要しないこと

そして家族・親が「助けて!!」と言えること

支援を継続的に手にして、まずは自分自身を助けること。これらのことを日常的に行い、大切に当事者とともに生きていくことが必要なことだと考える。
(文責 HK 生)

《東京つくし会評議員会に出席して》

日時：2021年6月17日（木）10時～12時

場所：調布市文化会館（たづくり）

2021年6月17日、調布市文化会館（たづくり）で開催された2021年度の東京つくし会評議員会に、評議員の一人として出席しました。

評議員会の出席は初めてであり、他団体の総会とどれだけ違うのか、あるいは似たような雰囲気なのか疑問を持ちつつ、席に座りました。

議案に入る前に、「つくしんぼ」という楽曲のCDと楽譜の発表がありました。本年10月に開催される、「第14回みんなねっと東京大会記念歌」として制作されたとのこと。歌詞は、つくし会に集まったものを融合して創作したものだそうで、各家族会でも歌えるようにできればとのことで、フルコーラスでCDが流されました。

評議員会は、眞壁会長の挨拶から始まり、議長に江頭氏が選任され、定足数が満たされていることの確認が行われ、議案審議となりました。

第一号議案として2020年度の事業・活動報告承認の件、第二号議案として2020年度決算報告及び会計監査報告承認の件、第三号議案として2021年度事業・活動計画承認の件、第四号議案として2021年度予算案承認の件、第五号議案として2021年度役員選出及び承認の件、及び第六号議案として23区の東ブロックと西ブロックを統合し23区ブロックとするという議案、いずれも賛成多数で可決されました。

第三号議案では、障害者雇用率について、精神障害者雇用数は10年間に7倍と大きく伸びたが、今後も働きやすい環境整備や定着への工夫が必要といった話がありました。

さらに、精神科入院医療では、隔離・身体拘束等が10年間で倍増しており、人権を守る運動が重要であることや、当事者と家族が自立し、安心して地域で生活するために、地域生活を支援するアウトリーチの数を増やし、必要なサービスへ繋がられる体制づくりを求めていくといったような話がありました。

「家族会活性化事業」では、ブロック会議の充実に努める、(コロナの状況次第ではあるが)理事の単会訪問を積極的に行う、ホームページや新しく作成したリーフレットを使用し、会員・賛助会員を増やしていくといった話がありました。

「相談事業」では、相談員の質をアップさせるため、家族相談員養成事業を継続して行うことや、単会の相談機能を支援すること等についての話しがありました。

質疑応答では、今まで23区が東西2つのブロックに分かれていたのに、多摩地区と同様、23区も1つのブロックに統合されることになった理由はなぜかとの質問や、第二号議案に記載の「特別会計決算」の原資は何かとの質問、つくし会の家賃節約のため、中部総合精神保健福祉センターの空いた部屋を借りたらどうか、といった意見が出ました。

課題として、会員数の減少、若い方の入会が少ないことが挙げられました。今後は会員数を1,000名程度に増やし、各家族会の活性化につなげたいとの話しがありました。

また、コロナ禍ということも相まって、対面での会議等の開催をオンラインに替えることにより、会員数の増加につなげられないか、といった話もありました。ちなみに、第14回みんなねっと東京大会もオンラインの配信を予定しているそうです。

議長の解任後、新役員体制の発表があり、評議員会は無事終了となりました。(柴崎)

—みんなネット東京大会—

日時：2021年10月7日(木)～10月8日(金)
全体会：10月7日 10:00～ 調布市文化会館
分科会：10月8日 10:00～ 赤羽会館
午前 (1)地域支援体制を考える(2)就労支援
午後 (3)子どもの暴力問題 (4)親亡き後の準備
参加費：3,000円

きらら風便り

豊玉障害者地域生活支援センターきらら所長
菊池 貴代子氏

～「つづける」ことの大切さ～

練馬すずしろ会のみなさま、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ご協力をいただき誠にありがとうございます。

昨年度は新型コロナウイルス感染症の収束を願いながら、感染症対策をしてオープンスペース・プログラム等を運営してきました。メンバーとともに行うお祭りや地域行事の準備は、メンバー同士が地域生活の不安やコロナ禍での生活の工夫を語り合う場と変わり、メンバー同士のミーティングが充実した年となりました。

令和3年度きららでは、メンバーの力がさらに発揮できるように支援していきます。昨年度、これまでの「当事者ミーティング」の名称変更を検討してきました。メンバーたちが名称を考えアンケート投票をしてさらに決選投票で、今年度新たに「メンバーミーティング」という名称となりました。また、新たな提案で「朗読会」を試行するとともに、自分たちの安全を自ら考え守るために「防災プログラム」をメンバーミーティングでアイデアを出し合うなどの活動につながっています。このような情勢でも変化に対応していく力、きららでの活動を「つづける」メンバーの新たな力が生まれています。

令和3年度も、メンバー自らの力や経験を活かして地域で活動していくことを応援していきます。

医療法人社団一陽会

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

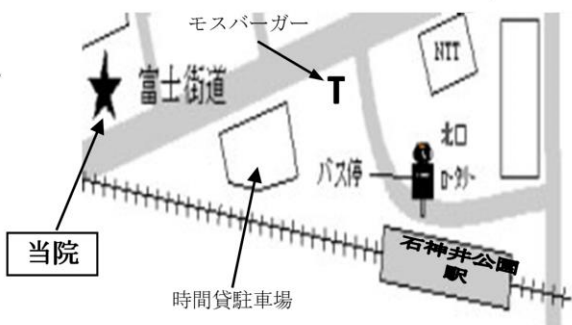
日曜・祝日・水曜日休診

〒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

こころのクリニック石神井



ういんぐ便り

石神井障害者地域生活支援センターういんぐ
所長 益子 憲明氏

～つながりを大切に～

練馬すすしろ会みなさまこんにちは。

日頃より、障害者地域生活支援センター、練馬区社会福祉協議会へ多大なるご理解、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

ういんぐでは6月初旬ボランティアとういんぐを利用されているメンバーのみなさんとで石神井保健相談所の花壇に花を植えました。新型コロナウイルス感染症の終息への願いと、こんな時期だからこそ少しでもみんながホッとできる場所をとという想いを込めながら植えられた花々も鮮やかに色づき、保健相談所に訪れる親御さんたちも笑顔をみせられています。

練馬区においても新型コロナウイルスのワクチン接種も順次進められているところではありますが、ういんぐでも感染症拡大防止に向けて、メンバーやご来所いただくみなさんにも手洗い、消毒、適切な距離感を保っていただくなどのご協力をいただきながら各種事業等を進めているところです。

令和3年度ういんぐでは、相談支援の充実や地域とのつながりを深めながらの事業展開、障害者の生活とはたらくことへのサポートなどに力を入れて取り組んでいきたいと思っています。現在、新型コロナウイルスの影響により、新たに見えてきた不安や困りごと、逆に埋もれ

てしまい見えづらくなってしまった不安や困りごとなどもあると思われますが、それぞれにみなさんの大きな不安につながっていることと思います。相談支援の充実においては、関係者とともに地域の相談力を上げていくための取り組みや大きな不安に直面している当事者、ご家族の安心を少しでも届けていけるよう丁寧な相談を心がけて参りたいと考えています。

また、コロナ禍により地域の様々な活動の中止や制限が余儀なくされていますが、昨年度同様に今年度も、オンラインも活用した障害理解につながる講演会やコロナ禍でも地域の方々と一緒にできることを考えながらタイアップしてのイベント開催などつながり支えあう地域づくりを目指していきたいと思っています。ぜひ機会がございましたらお立ち寄りいただくと幸いです。

NPO 法人名古屋市精神障害者家族会連合会発行「名家連ニュースNo.778号」からの抜粋

精神障害者保健福祉手帳「等級判定の全国格差」比較表より(平成28年度～令和元年度)

手帳所持者で1級の比率が高い自治体
自治体名 1級 2級 3級 手帳所持者数
長野県 49.2% 43.1% 7.7% 21,834名
岩手県 38.6% 46.4% 15.0% 9,787名

手帳所持者で1級の比率が最も低い自治体
東京都 5.8% 51.3% 42.9% 127,505名
石川県 6.5% 80.7% 12.8% 8,084名

東京都が1級所持者の比率が一番低い!!
この差はいったいどうした事か? (HK 生)

～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

〒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・土曜日は午前のみ)

休診 水曜日・土曜日午後、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

6月のある土曜日の夜、用事があって池袋に出かけました。

駐車場にある自販機で飲物を買うつもりで縁石に座ったとたん「何しているんですか」と警察官3人に声をかけられた。

「飲物を買おうとしているんです」と言うと「なぜ座ったんですか」と、また聞かれ「ちょっと疲れたんです」と答えると「大丈夫ですか」と心配されたが、少し怪しいと思われたのか危険物をチェックさせてほしいとズボンのポケットの中身をチェックされ、手を上げさせられ、次にバックの中身の消炎剤をこれは何かときかれ「接骨院でもらったんです」と答え、手帳もライトを当てながら住所氏名も調べられ、そして「普通の人ですね」。

「ご協力ありがとうございました」と帰っていききました。

とんだ災難でした。

(A)

妻が、39度を超える夏を出し意識が朦朧として来たので救急車を手配して入院させた。

診察が終わった医師との面談で、医師が出した書類が「延命措置を希望するか否か」の意思表示を求める書類であった。

私は当事者と二人暮らしである。妻は、人生で一番暇な時間だと言い、本の差入れを求めてくる。私は妻の好きなドラマの録画撮りを欠かさないようにしているが、大分溜まってしまった。

(HK 生)

絵葉書に母より記すと照れあれど
この一枚を愛しき吾子に
全身をしやぼんで包み湯に憩う
ここは高松「折り鶴」の宿

平成二年 瀬戸大橋 旅先にて
『五十路のあゆみ』より

(渡邊)

この二首は、病院のスタッフと瀬戸内海に架かる大橋を渡って四国へ旅した時のもの。

旅の汗を流し温泉でゆっくり手足をのばす・・・宿で求めた絵葉書は10枚1組、そうだ、留守番の息子にここ高松から便りを出そう。看護師としての緊張の日々を離れ、ゆったりとくつろいでいる渡邊さん。

コロナ禍で温泉もままなくなりました。早く収束するように。(依田)

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」「三鷹駅行き」にて

♡♡ ここは 武蔵野サンクチュアリ ♡♡

慈雲堂前下車徒歩3分

医療法人社団じうんどう 慈雲堂病院

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

院長 田 邊 英 一

東京都練馬区関町南4-14-53

T 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い

NPO 法人練馬すずしろ会 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保健福祉会

NPO 法人練馬すずしろ会 8・9 月スケジュール

8 月 14 日（土）14：00～16：00

2021 年度第 4 回運営&理事会、編集会議

場所：豊玉リサイクルセンター多目的室（（桜台）

■8 月 22 日（日）13：30～16：30

2021 年度第 4 回練馬すずしろ会交流会

場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階 研修室 4

■9 月 11 日（土）14：00～16：00

2021 年度第 5 回練馬家族会運営&理事会

場所：豊玉リサイクルセンター多目的室（（桜台）

■9 月 26 日（日）13：30～16：00

2021 年度第 5 回練馬すずしろ会交流会

場所：豊玉リサイクルセンター多目的室（（桜台）

区内各保健相談所「家族の集い」8・9 月スケジュール

※初めてのの方は、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。

8 月 休み 9 月 7 日（火） 10:00～12:00

大泉保健相談所 大泉学園町 5-8-8 電話 03-3921-0217

8 月 休み 9 月 10 日（金） 13:30～15:30

関保健相談所 関町東 1-27-4 電話 03-3929-5381

8 月 休み 9 月 14 日（火） 14:00～16:00

北保健相談所 北町 8-2-11 電話 03-3931-1347

8 月 休み 9 月 27 日（月） 14:00～16:00

豊玉保健相談所 豊玉北 5-15-19 電話 3-3992-1188

8 月 休み 9 月 27 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

8 月 休み 9 月 28 日（火） 14:00～16:00

光が丘保健相談所 光が丘 2-9-6 電話 03-5997-7722

精神障がい者相談員が電話で相談を伺います。携帯電話は受信専用になっていることをご了承下さい

・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

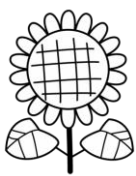
・携帯電話への相談： 松 沢 勝 070-4097-2801 月～金 10：00～17：00

轡田 英夫 070-3975-9372 同上 渡邊ミツ子 070-3965-8791 同上

工藤 邦子 070-3991-4924 同上 吉井 美恵 070-4076-9647 同上

—9 月交流会の場所が変更です—

9 月 26 日（日）13：30 よりの交流会は
豊玉リサイクルセンターで行われます。



ココネリではありません
のでご注意ください。

—8 月の食事会のこと—

夏の食事会は残念ながら
今年も中止になります。

コロナが収束に向かって
12 月の望年会が行えると
良いですね。



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

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

TEL 03-5905-5511（予約制）

練馬すずしろ会 会報 2021 年 8・9 月号

2003 年 11 月創刊 通巻第 207・208 号

発行日：2021 年 7 月 20 日

発行所：特定非営利活動法人

練馬精神保健福祉会 事務局

〒176-0002 東京都練馬区桜台 1 丁目

6-3 吉村ビル 303

発行人：NPO 法人練馬精神保健福祉会

編集：NPO 法人練馬精神保健福祉会

編集委員会