

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)

2022年12月・2023年1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: info@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 (2020年9月から) 13:30~16:30
 - ・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」とします。

—みんなネット広島大会に参加して—

日時：2022年10月13日(木) 14日(金)

場所：広島市 JMS アステールプラザ

大会初日 10月13日(木)

1) 基調講演

「地域において精神障害者と家族が安心して暮らせるために」

講師：広島県障害者自立支援協議会
会長 石井 知行氏

「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築のために「地域で安心して暮らせる精神保健医療体制の実現に向けた検討会」において、以下の事項が議論されています。

- ・精神保健における市町村等における相談支援体制について
- ・第8次医療計画の策定に向けて
- ・精神科病院に入院する患者への訪問相談について
- ・医療保護入院
- ・患者の意思に基づいた退院後支援
- ・不適切な隔離・身体拘束をゼロにする取組

- ・精神病床における人員配置の充実について
- ・虐待の防止に係る取組

ここにおいて、諸制度の見直し、障害福祉計画、医療計画、入院制度の在り方。退院支援、退院後支援などが検討されています。

地域において、その人がその人らしく生活をしていくことを目標とし、病気や障碍のためにこれが阻害されても、いろいろな支援を組み合わせることで少しでも安定した家庭生活を送ることができる制度の設立もための努力が求められます。

このために重要なことは

1点目は、当事者の病気や障碍により大きな影響を受けながらも当事者を支える家族に対する支援です。

2点目は、当事者・家族は社会の種々の差別偏見に傷つき、社会的不利益を被っていることです。安心した地域生活のためには差別偏見を解消するための諸政策が欠かせません。差別解消法は、一定程度の成果を上げましたが、不十分な側面もあ

り、さらに差別解消禁止を発展強化させる必要があります。

地域包括ケアシステムが、当事者・家族を中心として役立つためには家族会の社会的活動が必要であり、家族会のさらなる貢献と発展が期待されます。

2) 全国精神保健福祉会連合会 2021 年度活動報告 公益社団法人全国精神保健福祉連合会 理事長 岡田 久実子氏

2021 年度はコロナ禍を経ての新しい働き方（ニューノーマル）となった。事務局業務や諸会議などオンラインを活用した非接触型の取組を展開した。その中で下記の 7 本の重点課題を軸に事業をすすめるように努めた。

【2021 年度の重点課題】

- ・WEB の積極的な活用
- ・法人の持続運営に改善計画の策定及び実施（賛助会員拡大推進）
- ・「みんなねっと精神科医療への提言」の発表
- ・多様な立場の家族との連携活動の充実（ネットコミュニティ等の連携・強化）
- ・各ブロック活動とみんなねっとの取組の共有・連携強化（理事会活性化）
- ・医療費助成の実績の共有から要求推進へ
- ・交通費割引制度実現への働きかけ

3) 特別講演 (1)

「だれもが自分らしく暮らせる地域のために
～みんなで考える地域精神保健のありかた～」

講師：国立研究開発法人 国立・神経医療研究センター精神保健研究所 地域精神保健・法制度研究部 部長 藤井 千代氏

今の日本では、高齢化や人口減少、単身世帯の増加が急速に進み、人と人とのつながりが希薄になる中、地縁、血縁、社縁といった共同体機能が低下し、地域の助け合いの基盤が弱体化してきています。さらには、外国人労働者の増加や性自認の多様化、様々な働き方の広がりなど、地域に暮らす人々の価値観の多様性も広がりつつあります。このため最近では、地域で暮らす人々や世帯が抱える「生きづらさ」や「困りごと」が、これまで以上に多様化、複雑化していると言われています。

このような現状を改善していくため、現在、国は地域共生社会実現への取組を推し進めようとしています。地域共生社会とは、制度・分野ごとの縦割りや、「支えて」「受けて」という関係を超えて、人々が様々な生活課題を抱えながらも住み慣れた

地域で自分らしく暮らしていけるよう、地域住民等が支えあい、一人一人の暮らしと生きがい、地域を共に創っていくことのできる社会とされています。

地域共生社会実現のための取組みでは、困りごとを抱えた人々すべてが必要なサポートを受けられるようになることが重視されていますが、精神障害者をもつ人々の中には、サポートが必要だという声をあげられない人、助けを求めたくてもどこに助けを求めたらよいかわからない人、助けを求めたのに適切なサポートが受けられない人がまだまだたくさんいます。精神障害に対する偏見や無理解、精神障害をもつ人や家族を支える仕組みが弱すぎるのが問題です。

この問題に対応していくには、精神障害を持つ当事者や家族の声を、もっと地域づくりの施策に反映させていく必要があります。これまで、精神保健医療福祉の課題は、他の課題とは「別扱い」にされてきたところがあります。ですが、地域共生社会の実現に向けて動き出した今は、精神保健医療福祉施策だけでなく、地域づくりのあらゆる施策や制度に、メンタルヘルスや精神障害支援の視点を入れていくことが求められている時代です。そのために私たちができることを一緒に考えていきたいと思っています。

4) 特別講演 (2)

「原爆被爆体験」

講師：八幡 照子氏

八幡さんは現在 84 歳。8 歳のとき、爆心地から 2.5km 離れた自宅から出かけようとした時に裏庭で被爆。広島平和記念資料館の被爆証言者として、2019 年から活動を開始し、既に 21 か国を訪問し、被爆の悲惨なこと、核兵器の廃絶を訴えている。

大会 2 日目 14 日 (金)

都連から参加した 3 人が所属した分科会の報告

第一分科会

「家族による家族学習会の取組み」

報告者：都連副会長 植松 和光

この学習会は全 5 回シリーズで、家族が講師になり、家族に参加してもらう学習会です。分科会参加者は 40 名くらいでした。

問題提起は広島市家族会連合会からで、岡山県家族会の経験をもとに学習会を実施することにしました。参加人数の確保にひと苦労、市の広報等に学習会案内を出しても参加者が少ない状況でした。しかし、やってくる中で事前準備をしっかり行い「参加してよかった」「安心して語り合える場にする」と思えるような心配りを大切にするを確認して学習会に臨

みました。参加者が自分の体験を語り、体験を共有し参加していく中で参加者が心のうちに封じこめていた辛い体験を吐き出し、みんなに受け止めてもらうことで、参加者の孤独感が癒え、厳しい現実をありのままに受け止めて貰えることを知り、参加してよかったとの感想。

担当者もそのような参加者の姿に接することでこの学習会の持つ力を確信したとのことでした。今後共継続して行きたいとの報告でした。

感想は、もう少し具体的な成果を聞きたかったと思いました。

第二分科会

「家族相談支援のあり方」

報告者：都連副会長 轡田 英夫

最初に、広家連の役員で相談支援員をされている小畑勝己さんが問題提起をしました。

小畑さんが家族や当事者本人と接するとき常日頃思っていることは、「病気を理解してほしい。周りの人が諦めないで欲しい、否定しない、父親の関わりはどうか」というような事です。

ご家族の悩みは、親亡き後が心配、治るのか？病気を認めない、薬を飲まない、暴力を受けたなどなどたくさんあります。それらの事に目を背けず、耳を傾け、現状を受け入れ、病気を理解し真正面から向かっていくように話しています。親が子を思う気持ちは必ず通じると信じて活動しています。

次に、単科の精神科病院でソーシャルワーカーとして勤務し、退職してACTを立ち上げた大蔵明子さんが、「地域で孤立して、支援が届いていない当事者、ご家族に支援を届ける仕組み（アウトリーチ）を作りたい」という思いで立ち上げたと話しました。親が、「あの子より一日長く生きないといけない」と言わずに済むような社会をめざし、地域を変えていく一助になればという思いで活動しているとの報告がありました。

最後に、助言者として東広島市で地域生活支援センターの相談支援専門員として活動されている金子百合子さんが、「現在の障害者福祉サービスの相談支援体制は、福祉サービスを利用する方には、継続して相談支援がつくのですが、福祉サービスを利用されない方には相談支援を行う事が難しい状況にある」と言われました。

「辛さをわかってくれる、何でも話せる」といった家族懇談会の活動を通じて緩やかにつながり続けて行きたいと思っていますとおっしゃって終了しました。

第四分科会

「高校教科書（保健体育）

～学校現場からの提言～

- ・報告者：都連理事 安藤 万寿代
- ・助言者：社会福祉法人広島いのちの電話理事 氷川邦久氏
- ・問題提起者：島根県精神保健福祉会連絡会 手銭百合子氏
スクールソーシャルワーカー・
広島県庄原中学校
高上喜美子氏

今年の4月から高校の教科書（保健体育）に「精神疾患の予防と回復」が載りましたが、まだ数か月なので実際の報告は無く、それぞれの立場から様子を報告されました。

・手銭氏 弟が当事者できょうだい（姉）の立場で家族会に参加しており、弟と距離をとるため40歳で結婚しました。現在、大学生に精神障害者を抱えている家族の生き様・当事者との関わりを話す機会を持ち、差別と偏見の実態を理解して頂く場となり、生きた教科書として取り上げて頂きました。学生から多くの質問があり将来専門職に就きたい方もいました。学校で紙面の教科書だけではなく、生の声を聞いていただきたいと思います。

・高上氏 スクールカウンセラーは以前からありましたが、スクールソーシャルワーカーの業務は家庭訪問・保護者面談・個人面談・他機関へ繋いだり連携したりしています。学校では福祉専門職でメンタルヘルスの支援をしており、高校からでは遅く小学校・中学校からの教育が必要です。

・助言者 氷川氏 現状では授業において、先生方が精神疾患について理解不足です。全ての教職員が精神疾患について学ばなければならないです。知識だけでは不十分で、実体験を聞く事が必要です。誰でもが、自分の事として受け止めて頂き、ためらわず助けを出せる社会にして頂きたいです。

高校での教科書記載は始まったばかりで、今後の教育に反映される事を願います。

(文責 HK 生)



ひきこもり 業者に連れ出され 強制入院 病院に「違法」 東京地裁判決

引きこもり支援をうたう業者に無理やり連れだされ、強制的に50日間入院させられた30代男子が、入院先の成仁病院（東京都足立区）の運営法人に550万円の損害賠償を求めた訴訟の判決が16日、東京地裁（大嶋洋志裁判長）であった。判決は「入院は法廷要件を満たしておらず違法」などとして、病院側に308万円の支払いを命じた。

判決によると、大学卒業後、就職せずに両親と同居していた男性は2018年5月3日、父親が契約した業者「クリアアンサー」（東京、19年に破産）の職員に自宅から連れ出された。同月11日に職員らに連れられて成仁病院を受診。「急性一過性精神病性障害」と診断され、母親の同意のもと、6月29日まで50日間、医療保護入院とされた。3日間は身体を拘束されておむつをはかされた。

判決は電子カルテの記録などをもとに、医療保護入院の可否を判断できる精神保健指定医ではない医師が入院のために診察をしており、違法だと認定した。

診察時の男性の状態についても「精神障害があったとは認められない」と指摘。

病院側は「病的な興奮と判断した」と主張したが、判決はカルテに具体的な記載がないことなどから信用できないと退け、「仮に興奮が見られたとしても、説明なく精神科病院に連れてこられた男性が驚いたのは想像に難くない」と述べた。

違法な入院措置の後に行われた拘束なども違法だと判断した。また、病院側がクリアアンサーに男性の状態などを報告していた点も「承諾なく医療情報を提供し、プライバシー権を侵害した」と違法性を認定した。

病院側は控訴する方針を示した。

「危うい制度」

「完全に別の世界に送り込まれてしまったような感じだった」。原告の男性は判決後の会見で入院中を振り返った。弁護団によると、ひきこもりの「引き出し業者」の問題で、病院の賠償責任を認めた例は他に把握していないという。

日本の障害者の強制入院制度をめぐるのは、国連の委員会が9月、差別だとして廃止を勧告

した。宇都宮健児弁護士は「判決は、障害者でない人が長期拘束され危うい制度だと断罪したとも言える」と指摘した。

精神障害者交通運賃割引情報（大手のみ）

- 航空：日本航空・全日本航空とその関連会社（利用する飛行場・航路によって異なりますので、旅行代理店でご確認ください）
- 西鉄 普通乗車券
一級所持者及び介護者 5割引
二級・三級所持者 5割引
- 近鉄 普通乗車券
一級所持者及び介護者 5割引
二級・三級所持者 一人で101km以上乗車

5割引 JR や東京の大手私鉄に対する運賃割引に対する要望を東京つくし会とともに進めましょう!!

【知っ得情報】

東京都美術館

「障害がある方のための特別鑑賞会」

東京都美術館では、普段は休館日である月曜日に障害者のための特別鑑賞会を今回下記の日程で開催いたします。

障害者本人と介助者1名が無料です。

月曜日は休館日なので一般の人はいませんので、落ち着いて観ることができます。

東京都美術館 障害者 で検索すると「障害者のための特別鑑賞会」が出て来ます。

ホームページから申し込むか、メール又は郵便はがきで申し込み出来ます。

私は当事者の息子と時々美術館に行きます。コロナ禍前は障害者手帳を見せると、ずらりと並んでいる人たちを尻目に先頭まで連れて行ってくれました。コロナ禍からは予約制ですが、予約なしでフリーパスで入れます。(HK)

東京都立美術館—障害者割引有り：

岡本太郎展（10月18日～12月18日）、

源氏物語・江戸文化（11月19日～23年1月6日）

「東京都レオポルド美術館—エゴン・シーレ展—」

招待日：3月13日（月）

申込期間：1月9日～1月30日

問合せ先：03-3823-6921

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

～きらら 酉の市 ①～

練馬すずしろ会のみなさま、こんにちは。

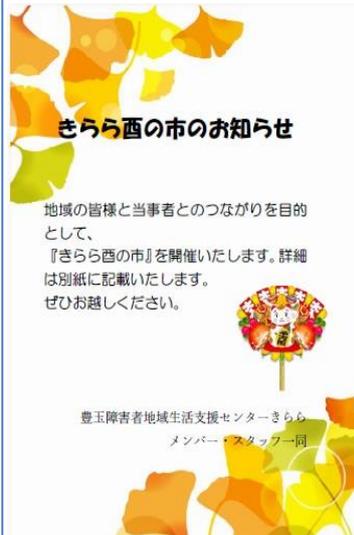
日頃より地域生活支援センター、練馬区社会福祉協議会の活動にご理解ご協力をいただき誠にありがとうございます。

今年、3年ぶりに練馬の冬の風物詩「酉の市」が戻ってきました。きららの酉の市参加の始まりは、商店会のみなさんと「練馬駅南口2商店会活性委員会」として、おとり様商店会の一角での「すいとん」の出店でした。その後、きらら「おしるこ」屋さんが定着し、毎年、地域の人に味わっていただいています。

今年きららでは、メンバーと夏前から酉の市について話しあいを重ねてきました。コロナ禍で状況が見えない中、今年は「地域の人たちとのつながり」をテーマに、きららに地域の人や家族、関係者を招待しよう！と「きらら酉の市」を企画しました。酉の日におしるこ屋さんは出店できませんが、地域の人たちとつながり続けたいというメンバーの思いで、11月29日（火）午後2時～5時に、きららで「パネル展示」「メンバー発表」等を企画しています。メンバー手作りの「きらら酉の市」、11月29日（火）の前に、この広報誌をご覧になられましたら、きららに足をお運びいただけたらうれしいです。次号では、「きらら酉の市」の報告をいたします。

練馬すずしろ会のみなさまと作ってきましたきららの歴史、メンバーの「つながり続けたい」という思いを感じてください。

きららメンバー製作
の招待状です



【知っ得情報】

東京都障害者休養ホーム事業という事業をご存知ですか。

この事業は障害者が家族や仲間とくつろげる保養施設を指定し、利用した際の宿泊料の一部を助成する制度です。ホームページで「東京都障害者休養ホーム事業」で検索してみてください。

- 利用対象者：障害者手帳の交付を受けている者と付添者一人
- 助成回数：一人1年度2泊まで ●助成金額：障害者 6490円 付添者 3250円
- 利用対象旅館：北海道から関西まで 詳しくは問い合わせを ●旅館によっては現在行われている国等のクーポンとの併用可能です
- 問合せ先：日本チャリティ協会
TEL 03-3353-5942

医療法人社団翠会

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

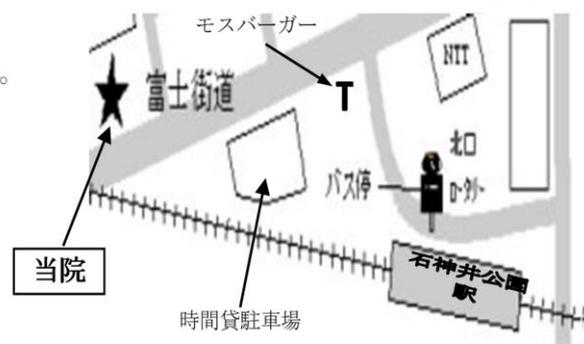
日曜・祝日休診

〒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



みんなの声

《「心の歌、ダ・カーポコンサート」に 行って来ました》

8月最後の日曜日、練馬文化センター小ホールで18時より開演のダ・カーポコンサートに行ってきました。

今回は練馬区視覚障害者福祉協会60周年記念事業の一つとして、会の方が主催となり、進めてこられたそうです。電話で申し込みしたのですが、受付に行くとチケットは白い封筒に入っており、〇〇〇〇様〇枚とあて名が書いてありました。そしてその手書きの上の一文字ずつ点字が打ってありました。貴重な手作りのお品に驚くと共に「より多くの人に私たちの事を知ってほしい」という思いが伝わってきました。

さて、今年8月でデビュー50周年目というダ・カーポのお二人ですがさわやかなハーモニーはそのままです。音楽用語ダ・カーポ「曲の最初に戻る」から名付けられ、「いつまでも初心を忘れずに」という思いが込められているそうです。

前半は童謡、叙情歌が続き、子供の頃に帰った気分になりました。1980年に結婚、夫婦デュオとして活躍されてきましたが、ご苦労も多かった様です。特に広子さんが大病されて何か月も入院、つらいリハビリの連続に精神的にも落ち込んでしまう所です。が、そこで得た周りの方々への感謝の気持ち、頑張ろうとする前向きな気持ちを曲作りに換えて歌ってしまう所がすごいと思いました。それは暖かく癒やしてくれる様な、それでいて明るく前を向ける様な素敵なメロディーの数々でした。

後半は「野に咲く花のように」「宗谷岬」などなつかしい数々のヒット曲。どんどんピッチが上がり、最高に盛り上がった所で「結婚するって本当ですか」。

いつこの曲がくるんだろうとワクワクしていたので、「ここにもってきたかー、全体の曲の構成も素晴らしいなー！」との私の気持ちに共感された様に満場大きな拍手でした。

一緒に来た息子も「時々ウルツときた。来て良かった。」との感想。素晴らしい夏の夕べのコンサートでした。ありがとうございました。

(志村)

《「あすなろの会」へ出席して》

本年4月から始まった「当事者中心の会」に初参加しました。コロナ対策とも言える新しい集いです。

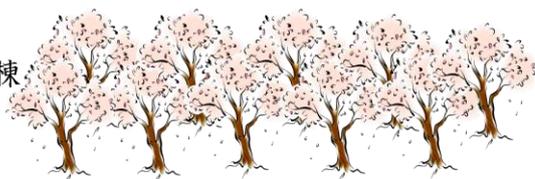
工藤さん、志村さん、Tさんが家族同伴で、轡田さん、TSさん、松沢が単独参加で、合計9人が集まった。会場は豊玉リサイクルセンターで午後1時30分～4時30分終了。内容豊富で、帰宅して感じたのは心地よい疲労感です。

定刻、志村さんのリードでボッチャのコートづくりが始まった。テープで床に約4メートルX2メートルの簡易コートがつけられました。ボッチャは1984年からパラリンピックの正式競技として始まっており、見た目には激しい運動はないが、知的な戦略とそれを実行するための技術力、集中力がこの競技では求められるようです。

近年では障害の有無に関わらず、老若男女、誰でも楽しむことができるスポーツとして注目されています。東京2020パラリンピックにおいてボッチャ個人(脳性まひBC2)の杉村英孝

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「菟窪駅行き」「三鷹駅行」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」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
〒177-0053 Tel. 03(3928)6511

(診療科)

精神科 内科

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

(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

選手が金メダルを獲得し、チーム（脳性まひ）においても銅メダルを獲得するなど盛り上がりを見せています。

本日は、4名 vs. 4名の対抗戦で始まった。ポッチャは「どれだけボールを的に近づけることができるか」を競うシンプルなルールです。「地上のカーリング」とも呼ばれていますが、的が動くのが違います。ジャックボールと呼ばれる白いボールが最初にコート中央に投げられ、赤ボール、青ボールそれぞれ6個が交互に投げられる（相手のボールを弾き飛ばすか自分のカラーボールをプッシュするか）。次は、ジャックボールから遠いカラーボールの方が投げます。3回戦い、結局3:3の同点の引き分けとなりました。見ていて、和気藹々のゲーム終了でした。

午後3時、次はジョン・ガラットさんによる英会話の時間です。自己紹介で、マサルと呼んでくれました。教材は、クロスワード・パズルから入り、簡単な日常単語に馴染み、その後はイソップ物語で「都会のねずみと田舎のねずみ」の読み合わせになりました。

物語の粗筋は、次の通りです。

「田舎のネズミが都会のネズミから招待されて都会に行くことにする。都会にはご馳走が一杯で食べ放題だ、というのを聞いたからだ。

ところが、のんびりした田舎と違って都会はせわしない。人間が食べるご馳走はたっぷりあるのだが、落ちていて食べるヒマなどありはしない。身の危険もいっぱいだ。実際、命からがら逃げのびた始末だ。

そして、田舎のネズミは悟る。もうこりごりだ、自分には都会は合わないのだ、と。田舎はご馳走は豊富ではなくても安心して暮らせるからね、と都会のネズミに告げて田舎に戻ることにした。

次に、反対語（opposites）の遊びに入り、絵を見ながら「Dark→Light」、「Quiet→Noisy」、「Cheap→Expensive」・・・と大きな声を出しながらの楽しい一時でした。

(松沢)

《あすなろの会に参加して》

9月11日、10月23日あすなろの会に参加しました。

最初、2グループに分かれてポッチャをしました。パラリンピックで観て知ってはいましたが、ルールがわからず興味もてずにおりました。でも実際にやってみると、力のない私でも楽しめてびっくり！誰でもできる競技なのだわかりました。

次にジョン先生の英会話教室です。半世紀以上、英語とは縁のない生活をしていたものですから英会話には不安いっぱい。そのうえ親子と一緒に英会話を学ぶことになるとは、またびっくりです。息子も英語は苦手、でも優しい先生ができなくても笑顔で受けてくださって間違ってもドキドキしないで安心していられました。

何か新鮮な気持ちになってちょっと勉強してみようかな？と心動かされました。いくつになっても新しいことにチャレンジするのはワクワク感がありますね。帰り道、息子に「脳トレにいいよ」と云われてしまいました。

あすなろの会では仲間を沢山つくって、今できる楽しむことワクワクすることを見つけて人生ゆたかにしてほしいと思います。

(KT)

～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

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 12 月 1 月スケジュール

■12 月 10 日（日）14：00～16：00

2022 年度第 9 回練馬すずしろ会運営・理事会
場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階 研修室 5

■12 月 11 日（日）13：30～17：00

あすなろの会 場所：豊玉リサイクルセンター

■12 月 25 日（日）12：00～16：00

2022 年度第 9 回練馬すずしろ会交流会&望年会
望年会は 12：00～13：30 その後、交流会です。
場所：光が丘区民センター2 階 調理室

■1 月 14 日（土）14：00～16：00

2022 年度第 10 回練馬すずしろ会運営&理事会・編集
会議 区民・産業プラザ（ココネリ）3 階 研修室 4

■1 月 15 日（日）13：30～17：00

あすなろの会 場所：豊玉リサイクルセンター

■1 月 22 日（日）13：30～16：00

2022 年度第 10 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 5

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。

☆豊玉保健相談所 豊玉北 5-15-19 電話 03-3992-1188	☆北保健相談所 北町 8-2-11 電話 03-3931-1347
12 月 5 日（月） 2 月 6 日（月） 14:00~16:00	12 月 20 日（火） 1 月 13 日 7 日（火） 14:00~16:00
☆関保健相談所 関町東 1-27-4 電話 03-3929-5381	☆光が丘保健相談所 光が丘 2-9-6 電話 03-5997-7722
12 月 9 日（金） 1 月 6 日（金） 13:30~15:30	12 月 20 日（火） 1 月 24 日（火） 14:00~16:00
☆大泉保健相談所 大泉学園町 5-8-8 電話 03-3921-0217	☆石神井保健相談所 石神井町 7-3-28 電話 03-3996-0634
12 月 13 日（火） 2 月 7 日（火） 10:00~12:00	12 月 26 日（月） 1 月 23 日（月） 14:00~16:00

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
響田 英夫 090-9809-8591 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

—あすなろの会—

毎月第 2 日曜日 13：30～17：00

（来年 1 月は第 3 日曜日 15 日です）

日時：12 月 11 日（日）13：30～17：00（時間は自由）

場所：豊玉リサイクルセンター

（桜台駅南口から徒歩 4 分）

- ・初めての英会話・日本在住のアメリカ人の先生です
時間：15：00～ 参加費：1 人 500 円

—望年会&交流会—

日時：12 月 25 日（日）

望年会 12：00～13：30

交流会 13：30～16：00

場所：光が丘区民センター2 階調理室

参加費：1000 円（会員の家族は無料）

コロナ感染状況によって中止もあります
ので上記電話相談員にご連絡ください

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）

NPO 法人練馬すずしろ会

会報 2022 年 12 月・2023 年 9 月号

2003 年 11 月創刊 通巻第 221・222 号

発行日：2022 年 11 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