

平成30年度  
当事者グループ

# 『小さな集まり』のご案内

この集まりでは、グループでの語り合いや、季節ごとの催し、リラクゼーションなどをおとして、ストレスとの上手な付き合い方を学ぶとともに、社会復帰や社会生活の不安軽減を目指していきます。※グループで話し合いのうえ、外出プログラムを行うことがあります。(昨年度はお花見、紅葉狩りなどを行いました。)

対象となる方：社会復帰や社会生活に不安を抱える方

日 時：原則毎週火曜日 13:30~15:00

場 所：岩手県福祉総合相談センター 4階デイケアルーム/4階大会議室

4月	5月	6月	7月	8月	9月
3日(火)	1日(火)	5日(火)	3日(火)	7日(火)	4日(火)
	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い 大会議室	語り合い 大会議室	語り合い デイケアルーム
10日(火)	8日(火)	12日(火)	10日(火)	14日(火)	11日(火)
語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い 大会議室	夏休み	語り合い デイケアルーム
17日(火)	15日(火)	19日(火)	17日(火)	21日(火)	18日(火)
語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い 大会議室	語り合い 大会議室	語り合い デイケアルーム
24日(火)	22日(火)	26日(火)	24日(火)	28日(火)	25日(火)
語り合い デイケアルーム	ストレス対処法 大会議室	語り合い デイケアルーム	ストレス対処法 大会議室	語り合い 相談室1	ストレス対処法 大会議室
	29日(火)		31日(火)		
	語り合い デイケアルーム		語り合い 大会議室		
10月	11月	12月	1月	2月	3月
2日(火)	6日(火)	4日(火)	1日(火)	5日(火)	5日(火)
語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム		語り合い デイケアルーム	ストレス対処法 大会議室
9日(火)	13日(火)	11日(火)	8日(火)	12日(火)	12日(火)
語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム
16日(火)	20日(火)	18日(火)	15日(火)	19日(火)	19日(火)
語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム
23日(火)	27日(火)	25日(火)	22日(火)	26日(火)	26日(火)
語り合い デイケアルーム	ストレス対処法 大会議室	クリスマス会 デイケアルーム	ストレス対処法 大会議室	語り合い デイケアルーム	語り合い デイケアルーム
30日(火)			29日(火)		
語り合い デイケアルーム			語り合い デイケアルーム		

## 申し込み方法

事前に当センターに電話連絡を頂き、個別面接を実施したうえで参加頂きます。  
なお、医療機関で治療中の方は主治医の承諾が必要です。

## 問い合わせ先

岩手県精神保健福祉センター（岩手県ひきこもり支援センター）  
住所：盛岡市本町通3-19-1 電話：019-629-9617