

精神障害を抱えるということ ～ありのままを大切に、 無理しないでもいい～

精神の不調や精神障害は誰にでも起こりうるものです。

身近な人や大切な人に寄り添う中で、「これでよかったのかな」
「どうしたら想いが届くのかな」と迷うことがあるかもしれません。
精神障害を抱える方々の生きづらさについて、理解を深めながら、
自然体を大切に、ともに歩いていく方法を一緒に考えてみませんか？

日時：令和8年2月28日(土)

14:00～16:00 (受付開始13:30～)

**場所：西東京市障害者総合支援センター
フレンドリー3階/多目的室**

対象：家族・当事者・一般市民・支援者等どなたでも

参加
無料

手話通訳
あり

【申込方法】 以下3つの中からお選びください・空きがあれば当日参加可

1. 右のQRコード読み込み

申込フォーム→



2. メールにて、①氏名 ②電話番号 ③お住まいの市または区

④所属（当事者・家族・一般市民・支援者など）を記載しお送りください

メールアドレス：harmony.kouza@gmail.com

※メールアドレスは講座申込のみ使用できます

お申込み後一週間以内に受付完了のメールが届かない場合は、お手数ですが、お問い合わせください。

3. 電話にて（042-452-2773）



稲沢公一 先生

東洋大学福祉社会デザイン学部社会福祉学科 教授

東洋大学大学院社会学研究社会福祉学専攻博士後期課程修了

東洋大学大学院ライフデザイン学研究科生活支援学専攻 教授

人と人が支え合う関係づくりや、地域で安心して暮らすための支援について研究。

実際の家族会運動や家族支援活動にも関わられてきました。一人一人の思いを大切に
あたたかな社会を目指して活動されています。

特定医療法人社団薫風会

地域活動支援センターハーモニー

☎：042-452-2773

〒188-0011

東京都西東京市田無町4-17-14 障害者総合支援センターフレンドリー2階

会場
地図

