



あいはーと・みなと 主催



【令和7年度 精神保健福祉講座のご紹介】

今年度も年4回、誰もが生きやすいまちを目指して、区民の皆様が精神疾患や精神保健福祉について関心を持ち、その理解を深めてもらうために講座を開催します。

より多くの皆さまのご参加をこころよりお待ちしております。

◎第1回 9/28(日) 14~16時

『対話を通して自分をみつめる、社会とつながる～つながりの大切さを知る～』

孤立や孤独感は、社会的にも自分ごととしても現代に生きる私たちにとって大きなテーマであり、メンタルヘルスへの影響も重要な課題です。対話をして人とつながること、自分も相手も大切にするコミュニケーションについて学び、共に考えてみませんか。

☆ 講師：東海大学 文化社会学部 心理・社会学科 教授 山田 幸恵 氏

◎第2回 12/14(日) 14~16時

『精神疾患の新しい理解と支え～ひとりひとりのウェルビーイングとだいじょうぶな社会をめざして～』

精神疾患のあるご本人が、障害があっても希望する生活や人生を実現する過程を指す概念を「パーソナル・リカバリー」といいます。その視点から、ひとりひとりの価値観とウェルビーイングを大切にし、精神疾患をもってもだいじょうぶな社会を目指して、新しい精神疾患・障害の理解と支援について共に学びませんか。

☆ 講師：東京大学大学院 医学系研究科 教授 笠井 清登 氏

◎第3回 1/11(日) 14~16時

『オープンダイアローグの世界に触れてみよう～対話を暮らしに活かす～』

「オープンダイアローグ（開かれた対話）」はメンタルヘルスの現場のみならず、教育や司法、福祉等でも注目を集めています。対話が困難になった関係性のなかでも対話を聞くことを大切にします。対等な立場と価値をもつ「対話」についてともに学び、日々の暮らしに活かしてみませんか。

☆ 講師：ゆうりんクリニック 医師 森川 すいめい 氏

◎第4回 3/15(日) 14~16時

『自分らしい暮らしの実現に向けて～福祉サービス等の活用例を学ぶ～』

住み慣れた地域で自分らしい暮らしの実現のために、生活を支える選択肢としての社会資源（障害福祉サービスなど）の存在と活用方法、行政のかかわり等について、実際の事例にも触れながら学びます。

☆ 講師：特定非営利活動法人 江戸川区相談支援連絡協議会 吉澤 浩一 氏

☆ 会場はいずれも当センター5階の はーとホール です。

開催の詳細は当センターのホームページ、月間予定表等で情報発信していきますのでご覧ください。

●問合せ先：港区立精神障害者支援センター（あいはーと・みなと） 港区高輪1-4-8

📞 03-5424-1392



ホームページの
QRコード





第4回



あいはーと・みなと 精神保健福祉講座

令和8年3月15日(日) 14~16時

会場：あいはーと・みなと(5階) はーとホール

『自分らしい暮らしの 実現に向けて』 ～ 福祉サービス等の活用例を学ぶ～



講師 特定非営利活動法人 江戸川区相談支援連絡協議会 吉澤 浩一 氏

住み慣れた地域で自分らしい暮らしの実現のために、生活を支える選択肢としての社会資源（障害福祉サービスなど）の存在と活用方法、行政のかかわり等について、実際の事例にも触れながら学びます。

定員

会場 30名（区内在住・在勤・在学者の方が優先です）
Zoom 50名（環境が整っている方ならどなたでも）

申込み方法

会場をご希望の方はお電話で。
Zoom 参加はQRコードを読み取りください。

連絡先

📞 03-5424-1392



港区立精神障害者支援センター（あいはーと・みなと）

港区高輪1-4-8