



あいはーと・みなの 主催



【令和8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。より多くの皆様のご参加をこころよりお待ちしております。

◎第1回 9/13(日)14～16 時

落語の世界から見つめる『誰もが生きやすい共生社会』～「その人らしさ」を笑いの力で包みこむ～

多様な価値観を認め合い、誰もが安心できる居場所の大切さ、障害の有無にかかわらず希望や生きがいをもって暮らせる共生社会について、落語の世界を通して学びあう機会にしたいと企画しました。落語も披露していただきますので、ぜひ楽しみながら共に学び、考える機会にしてみませんか。

☆講 師：春風亭 昇吉 師匠（落語家、落語ユニバーサルデザイン化推進協会代表理事）

◎第2回 11/1(日) 14～16 時

「自律」によって「自立」をデザインする ～世界の中心に「わたし」を置いて生きるために～

本人の意思の尊重や自己決定、そして対話を大切にしながら、「自立」をゴールとするのではなく、自分で生き方を決めていける「自律」を目指すことが注目されています。私達みんなのこととして、一緒に考えてみませんか。

☆講 師：長谷川 俊雄氏（白梅学園大学 名誉教授、NPO 法人つながる会代表理事）

◎第3回 1/24(日) 14～16 時半

『地域で安心して暮らす』を考える ～自分らしいリカバリーをつむぐ～

メンタルヘルスでは、リカバリーという概念を大切にしています。リカバリーとは、客観的な評価として症状が改善したり、病気が治ることだけを示すものではありません。地域のなかで主体的に自分らしく人生を取り戻していくプロセスをともに考えてみませんか。

☆講 師：伊藤 順一郎氏（メンタルヘルス診療所しっぽふぁーれ 院長、精神科医）

◎第4回 2/7(日) 14～16 時

『人は心の病気からどうやって回復していくのか？』～患者・家族でもあった私が思うこと

心の回復に人とのかかわり合いがいかに大切な。私たちは孤独に生きるのではなく、他者との交流を通じて心を癒していきます。患者、家族そして精神科医という3つの経験と立場から、心の病からの回復、また精神科医療に求められているものは何かについて、それぞれの視座からお話をいただきます。

☆講 師：夏苺 郁子氏（やきつべの径診療所、精神科医）

開催の詳細は当センターHP、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・みなの） Tel 03-5424-1392



QR コードからアクセスできます



第1回

あいは一と・みなと 精神保健福祉講座

日時：令和8年9月13日（日）14～16時

会場：あいは一と・みなと は一とホール(5階)

落語の世界から見つめる

「誰もが生きやすい共生社会」

～「その人らしさ」を笑いの力で包みこむ～

多様な価値観を認め合い、誰もが安心できる居場所の大切さ、障害の有無にかかわらず希望や生きがいをもって暮らせる共生社会について、落語の世界を通して学びあう機会にしたいと企画しました。落語も披露していただきますので、ぜひ楽しみながら共に学び、考える機会にしてみませんか。

講師：春風亭 昇吉 師匠

史上初めての東大出身落語家。大学時代に全日本学生落語選手権・策伝大賞で優勝し、大学卒業時に日本人として唯一人東大の総長大賞に輝く。

大学卒業後、「笑点」の司会や新作落語で人気の春風亭昇太師匠に入門。厳しい修業時代を経て、2021年真打に昇進。現在は高座のみに留まらず、気象予報士やテレビ番組の司会等、広範に活動を展開している。



定員

会場 50名（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

会場をご希望の方は**お電話**ください。
Zoomの方は、QRコードからお申し込みください。

連絡先

☎ **03-5424-1392**

主催：あいは一と・みなと（港区立精神障害者支援センター）

港区高輪 1-4-8

