

のぞみ会定例会

2月定例会は、秦野病院 地域連携課長から「精神科病院の仕組みと相談員のトリセツ」と題して、お話を伺いました。長年通院していながら、相談室を利用できることを知らなかった方も多いのではないのでしょうか。使える資源は意外とあるものですね。困った時は気軽に相談してみましよう。

【活動報告】

- 2/14(土) 定例会 会員 20名 見学1名 講師、秦野センター、ぱれっと 3名
- 2/20(金) 福祉法人地域精神保健福祉会 ほっぷすてっぷ 公開講座
- 2/23(月) のぞみ会 役員会
- 2/26(木) 「にも包括」協議の場 ワールドカフェ
- 2/28(土) 秦野市障害者地域生活支援推進機構 講演会
- 3/06(金) ほっぷすてっぷ会議（鶴巻工芸）
- 3/12(木) 第3回 秦野市障害者支援懇話会 地域共生部門

【心理勉強会】「回復する人としらない人の違い、9つの視点」

心理カウンセリングルームそらいろ 代表 井上雅裕氏

【例会報告】

*アンケート…回答に協力をお願いします。 忘れた方は用紙があります

*可能な方は、4月定例会で年会費 3600円（300円×12か月分）の納入をお願いします。

- ・年度途中の退会…会費の返金はせずに、資料を3月まで郵送。
- ・未納の方には、5月総会終了後、総会資料と振込票を郵送します。
- ・じんかれんに団体として参加。のぞみ会会費から納入します。

負担金…会費年間 1200円（月 100円）プラス協力金 250円。合計 1,450円

じんかれんの運営費になります。

*のぞみ会総会後講演会…秦野市の後援をいただきました。5/1 広報はだの伝言板に掲載予定。

「精神科訪問看護について学ぶ」訪問看護ステーションころいK 代表 山田祥和氏

精神科訪問看護の制度、役割、具体的な支援内容、メリット、事例紹介（個人情報に配慮の上）。

*会員の手作り品販売によるご寄付について

*会員・賛助会員以外のお悔やみについて

*じんかれん

- ・総会 5月14日（木）現在 30名 3名が議決権を持ち、総会に参加。

- ・来年度 県民の集い IN 相模原 11月6日（金）午後 詳細未定

場所 杜のホールはしもと JR 橋本駅（JR 横浜線・相模線）ミウイ橋本

講師 青木聖久（キヨヒサ）氏 日本福祉大学教授

「つながろう ～家族と当事者と支援者と～」

＊防災について

- ・秦野市避難情報等の入手方法（別紙）
- ・公助は発災後すぐに機能しない。1週間程度は自助・共助の必要性がある。
自宅のハザードマップを確認する。家族との連絡方法を決める。備蓄。お薬手帳は必携。
平時から地域との関係性を持つ。避難所までの道順を確認する。…等。

＊2月20日（金）地域精神保健福祉会公開講座

- ・発達障害者支援センター かながわ A（エース） 相談電話 0465-81-3717 年齢制限なし
- ・行動理解のために～冰山モデル～
実際に見えていること…攻撃的言動・怒り。反抗的態度。落ち着きのない行動…等。
その背景として考えられること…言いたいことが上手く伝わらない。相手の言っていることがわからない。雑音で集中できない。予定が急に変わる。やるべきと思うことがさせてもらえない。
疲労でやる気が出ない…等。
- ・発達障害啓発週間 4月2日（世界自閉症啓発デー）～4月8日。

＊3月25日（水）13：00～16：00 秦野市保健福祉センター 3階多目的ホール 申込不要

なでしこ傾聴の会 創立20周年記念講演会 「心の傷にどう向き合うか」

講師 海老名こころのクリニック院長

NPO 法人「地球のステージ」代表理事 精神科医 桑山紀彦氏

【予定】

3/22(日)	役員会	福祉センター	13:30～
4/11(土)	定例会	ぱれっと・はだの	13:30～

会費を納入できる方は協力をお願いします。

【じんかれん面接相談】 電話予約 じんかれん TEL 045-821-8796（火、木9時～15時）

毎月第3火曜日 13時、14時、15時。 3月17日（火） 4月21日（火）

【ぱれっと・はだのピア相談会】 毎月第2火曜日 開催 4月14日（火）

13:30～14:30 座談会（予約不要）

14:30～15:30 個別相談（要予約） TEL 0463-71-5701

小耳話

「自分で自分の機嫌を取れるようになったら大人」

2026.01.11 朝日新聞 声欄 新成人のあなたへ

「人生は困難の連続。自分の機嫌を取ったり、鼓舞したりする方法を備えていることが大人の条件」と30代の高校教師は言う。自戒を含めて、読んで気分がすっきりした。

これが出来ない人間のなんて多いことか。