

精神障害者家族交流会

同じ立場にある家族だからこそ話せること、分かり合えることがあります。



精神障害のある方を支えていくご家族自身の心身を健康に保つことも大切です。
まずはご自身を大切にしていけることから、始めてみませんか。

精神障害者家族交流会では、家族同士で日頃の思いや悩みを分かち合い、生活に役立つ情報を共有します。一緒にお話して、ちょっと一息つきませんか。



日 時

7 月 26 日（土）

午前 10 時～午前 11 時 30 分

場 所

富山市保健所 2 階 健康教育室
（富山市蜷川 459-1）

対 象

富山市在住の精神障害のある方のご家族
20 名程度

テ ー マ

「まずは『自分』を大切に ～短所を長所に変えてみよう～」

内 容

- ・ 講義
- ・ 座談会

講 師

小杉南地域包括支援センター
公認心理師 竹林 久留美 氏



申 込 先

富山市保健所 保健予防課 保健係
電話： 076-428-1152