

令和元年度 第2回 精神勉強会

令和元年 10月7日（月） 西区役所 4階会議室 10:00～12:00 出席者 55名

今年度第二回目は「精神疾患を抱える方を地域で支えるために私たちに何ができるか」をテーマに 一般社団法人しん代表理事 本間貴宣様を交え、スピーカーズビューロー（以下SBと記載）を行いました。

SBとは、精神疾患や精神障害を理由に受けってしまう偏見の訂正や誤解の解消 に取り組むために自分の体験や思いを講演し、また互いの交流を通して理解を深め、精神保健福祉に対する正しい知識の普及をしていく活動です。



今回も支援者・民生委員の方も多数ご出席いただきました。

一部では精神疾患を抱える方が日常の生活の中で感じる孤独感、自らへのプレッシャー、社会への恐怖心、家族への不信感など経験をストレートに伝えていただきました。

地域で暮らす中で自ら もしくは支援者、周りにいる人たちと折り合いをつけながら暮らしていることのしんどさを知ることができました。

また二部では精神疾患へのイメージ、地域で私たちにできることをグループワークで話し合いました。精神疾患は誰でもなりうる病気であることの共有をしました。また地域の中での寄り添い方について、ご本人の気持ちを直接聞け、周囲とご本人の思いのギャップなど知る機会にもなりました。

