

令和7年度

一度参加してみませんか

心のやまいとつきあいながら

## 自分らしく生きるためのお話し会

＜対 象＞匝瑳市民：

日程は裏面をみてください→

ご家族だけでも参加できます

精神科に通院して  
いる人  
必要だけど受診できて  
いない人

病気のことで  
困っていることが  
ある人

誰かと話したい人  
誰かと話す練習を  
したい人

社会に出にくい人  
一歩ふみだしたい人

自分や家族の病気  
について  
もっと知りたい人

この活動に興味の  
ある人

ピアサポーター、精神保健福祉士、基幹相談支援センター、福祉課が担当します。



ピアとは「仲間」という意味です。

ピアサポーターは当事者である経験をいかして他の人の

相談相手になります。同じ仲間として、社会参加や交流、問題解決などを支援する活動をしています。気軽に話しにきてください。