



# 心の病を考える「地域学習会」

■ 日時： 令和8年 **7月25日** (土) 13:00~15:30

(受付開始:12:50)

■ 場所： 玖珠自治会館 (1階 集会室) 住所:玖珠郡玖珠町塚脇 462-1

■ 参加対象： 精神障がい者を支える家族・当事者・支援者・関心のある方

■ 参加料： 無料



テーマ：学び合い・支えあい・つながって元気になろう

仲間がいること、同じ思いを抱える家族がいること、  
経験を分かち合うことを力に。  
共に考え、学びあいましょう。一人ではありません。

## 《プログラム》

13:00~	開会
13:10~14:40	講演：「 <b>まずあなたが元気になること</b> 」 ～ 体を整えて心を楽にする方法～ 講師： <u>いまむら さとし</u> 氏 (作業療法士 うつりハビリテーション専門士)
14:40~14:45	休憩
14:45~15:25	グループトーク (・自己紹介 ・感想、悩みの共有 ・全体共有)
15:30	閉会

主 催：公益社団法人 大分県精神保健福祉会 ・ 久大ブロック家族会 玖珠むつみ会

後 援：社会福祉法人 大分合同福祉事業団