

9月10日～9月16日は自殺予防週間です。



東京都では毎年9月と3月を自殺対策強化月間に位置付け

「自殺防止！東京キャンペーン」

を実施しています。



2023年9月 第245号

NETWORKたま



発行：東京都立多摩総合精神保健福祉センター

〒206-0036東京都多摩市中沢2-1-3 TEL042-376-1111 (代表)

イベントは諸事情により中止になる場合がございますので、参加される場合は事前に主催者にご確認をお願いいたします。

多摩総合精神保健福祉センターからのお知らせ

ホームページのURLが変わりました(2023年7月1日より) →

トップページはこちらです。

旧) <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/tamasou/>

新) <https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/tamasou/>

「NETWORKたま」バックナンバーがPDFで見られます →

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/tamasou/fukyu_kouhou/nettama.html



こころの健康だより 最新号のご案内

アルコールとのつきあい方をみなおす

- 地域と取り組むアルコール依存症の対策
- アルコールがひきおこすからだの問題
- 女性だからこそ知ってほしいアルコール健康障害
- 東京都の令和5年度「精神保健医療予算」の概要

この「こころの健康だより」は中部総合精神保健福祉センターのホームページでもご覧になれます。

<https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/chusou/joho/kenkodayori.html>



＜次号以降のご案内＞

★「NETWORKたま」は多摩地域の精神保健福祉関係機関からの情報を提供しています

(1)掲載をご希望の場合

記事の掲載をご希望の機関は、郵送、FAX、メールのいずれかで、当センター広報計画担当へ原稿をお送りください。広報計画担当「NETWORKたま」担当者宛と明記してください。

締め切り：10月号…2023年9月1日(金曜日) 11月号…2023年10月6日(金曜日)

原稿に間違いがあると送付が遅れたり、ご迷惑をおかけしてしまうことがあります。ご寄稿前に内容や誤字脱字等のご確認をお願いします。

また、住所を問合せ先にする場合は、必ず郵便番号もお書き添えください。

原則、先着順に掲載いたします。なお、掲載希望多数の場合は、お載せできないこともありますので、あらかじめご了承ください。

(2)今後の発行の予定

今年度の次号以降の発行は、2023年10月、11月、2024年1月、3月の予定です(変更する場合があります)。

当センターホームページでもご覧ください。(URL https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/tamasou/fukyu_kouhou/nettama.html)

＜「NETWORKたま」メール配信のお願い＞

現在、情報紙「NETWORKたま」は、ご希望の各機関に、主にメール便でお届けしています。しかし経費節減や保存管理の利便性があること観点から、ご協力いただける機関にはE-mailでの配信を行っております。もしご協力いただけるようでしたら、当センター広報援助課(E-mail S1144202@section.metro.tokyo.jp)まで「NETWORKたま メール配信希望」の件名でメールをお送りください。その際、現在の送付先リストと照合するため、「機関名」と「住所」を本文に記入してください。紙ベースの送付を継続して希望される機関には、従来通り宅配便等でお送りします。

また、紙ベースの送付・メール配信共に希望されない機関は、お手数ですが、広報援助課までお知らせください。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

＜広報援助課のメールアドレスが変わりました＞

多摩総合精神保健福祉センター広報援助課

旧) S0200147@section.metro.tokyo.jp 2023年9月30日に廃止

新) S1144202@section.metro.tokyo.jp 2023年7月1日より送受信可能

こころの健康

～ 統合失調症への対応 特に家族の対応の仕方を考える ～

日野いずみ会医療福祉講演会

回復の過程では
家族の対応が重要とされています。
善い対応とはどのようなものか、
講義と質問によって
一緒に考えてみたいと思います。



講師 板橋 充 先生 (高尾厚生診療所院長)

日時 9月16日(土) 14:00～16:00

場所 日野市中央福祉センター 集会室1～2
日野市日野本町7-5-23

主催 日野精神障害者家族会「日野いずみ会」

問合せ先 日野いずみ会 片岡までお願いします
電話 ☎ 042-592-8993

参加費無料

申込不要

直接会場へ
お越しください

この講演会は、日野市社会福祉協議会の歳末たすけあい地域福祉活動助成金を受けて行います。

困りごとに向き合う ということ ~ 孤独を感じさせないために ~

「困りごと」は人から生きていくためのエネルギーを失わせ、声を上げる力を奪い、自分の価値を認める力を弱めます。「困りごと」を抱えた人を、孤立をさせないだけでなく孤独を感じさせないために、私たちができることを一緒に考えてみませんか。



令和5年 **9月9日** (土)

午後2時～午後4時

場所 **武蔵野商工会館4階
ゼロワンホール**

定員 **90名**
(手話通訳あり)



* 要事前申し込み

※ 令和5年10月1日(日)～10月31日(火)
午後1時まで、NPO法人ミューのホームページ
<http://www.musashino-mew.com>
で、動画配信をします。



講師 **加藤 雅江** (かとう・まさえ)

杏林大学保健学部健康福祉学科教授
精神保健福祉士

1990年杏林大学医学部付属病院医療福祉相談室に入職。2020年より現職。
NPO 法人 居場所づくりだんだん・ばあ理事長、社会福祉法人 子どもの虐待防止センター評議員、日本子ども虐待医学学会代議員、NPO 法人子ども・若者センターこだま副理事長

主催 **武蔵野市** 企画・運営 **特定非営利活動法人ミュー**

問い合わせ **ミューのいえ** 月～土：9:00～17:00(日祝日を除く) TEL: 0422-38-8155 又は 0422-55-5969

ひきこもりとお金の話 3



将来のことが心配… ずっと不安を抱えたままにいませんか？
お金のことを整理すると、安心感や元気が湧いてきます。
みんなで学んだあとは、家に帰って大切なご家族とお金のお話をしてみませんか？

日時 令和5年9月16日(土) 13:30～16:30

会場 多摩平の森ふれあい館 集会室6 (JR豊田駅 徒歩7分)

対象 ひきこもりや家計について関心のある全ての方
※市外の方もご参加いただけます。

費用 無料



申込フォーム

問い合わせ・申し込み

日野市健康福祉部
セーフティネットコールセンター
✉メール: s-net@city.hino.lg.jp
☎電話: 042-514-8542

講師

なかもり じゅんこ
中森 順子 氏



一般社団法人 行動アシストラボ代表理事。
ファイナンシャルプランナー。家計改善支援員。
「家計管理とは、やる気に頼るのではなく、
“家計に関わる行動を管理(コントロール)” すること」
を理念に、さまざまなフィールドで活躍中。

精神保健福祉公開講演会

精神疾患の回復と家族の役割

講師 **精神科医 山澤 涼子** 氏
医療法人財団厚生協会
大泉病院 社会医療部長

とき 2023年9月9日(土) 14:00～16:30 (受付開始 13:30)

ところ 小金井市 市民会館「萌え木ホール」(商工会館3階)

定員 50名(先着順)

参加費 無料

事前申し込みは不要です

問合せ先 **あじさい会**

もりた TEL 042-388-3729
かとう TEL 042-388-2728

主催 **小金井市精神障害者家族会 あじさい会**

後援 **小金井市**

ホームページ <https://ajisai.koganei-sora.jp>

