

めんたるねっと

VOL. 14-4

No. **56**

SST の現場から	親子のための SST「親子コミュトレ」を見学して	2
就労の現場から	ファイザー株式会社横浜パッケージセンターを訪ねて	4
被災地より	今、求められていること～気がかりなソフト面での復興	6
YMSN の活動	トライ/ジョブコーチ	7
	中学高校生の放課後支援 Irodori/卒業旅行 他	8
	かながわプレジョブスクール/レポート	9
	予定・報告	10



表紙：中村真理子

親子のためのSST「親子コミュトレ」を見学して

～ 健康的に育つ力を意識的に創っていく取り組み ～

はじめに

3月10日(土)北里研究所にて、親子のためのSST「親子コミュトレ」の取り組みを見学しました。このプログラムは舩松克代氏(YMSN理事)が中心となり企画された取り組みです。既に全6回のプログラムは終了し、この日はフォローアップとしてのプログラムでした。

【こどもSSTプログラムを始めるきっかけと目的】

見学の前に舩松氏にプログラムを始めるきっかけや目的について話をうかがいました。

「子どもたちが健康に育って行く場は家庭である。しかし、療育でも子育て支援でも親子のコミュニケーションは大事に考えられていない。子どもは学校中心のスキルを学習することはあるし、母親たちは子どもの問題行動に対応することはやっている。親子と一緒に同じスキルを練習する場がない。家庭の中で同じ課題で練習することで、相互作用し、良い関係がつけると考えたのが始めるきっかけです。そして『健康的な親子関係を構築するため』という目的で障がいがあるなしに関係なく参加する親子を募集した。対象年齢は小2から小5までの小学生とその親です」

「また、このプログラムには若手のスタッフ育成というもう一つの目的もあります」

【セッションの流れ】

本日の子どもグループのリーダーは舩松氏でした。親だけのグループでは高橋恵先生がリーダーを担当しました。その他スタッフは4人です。参加者は親子3組でそのうちの1組は両親がそろっての参加でした。セッションは以下のような流れで行われました。

- ウォーミングアップ(20分)親子一緒に行います
- 学びの時間(10分)親子一緒に行います
- 練習の時間(20分)親子が別々に練習します
- 遊びの時間(30分)親子が別々に過ごします

- まとめの時間(10分)親子が一緒に行います
また、セッションの始めに、目的とルールを確認しました。

親子コミュトレの目的は《友だちやお家の人と楽しく仲良くなれるわざの練習をすること》

また、学びの時間での約束は《よくみて よく聞いて 話す時は手をあげるよう伝えます》

そして、よくできた時にはポイントをつけてくれること、お休みしたい人は休憩のいすに座る、イエローカードやレッドカードがでたらお休みした方がいいということを説明しました。

【セッションの内容】

前回のテーマは「第6回 いやな気持ちを伝える」でした。

初めに「今日の気持ち」を皆に一言ずつ言ってもらいました。「楽しい」、「うれしい」「楽しみにしているが緊張もしている」などに加え「おなかが痛い」という子どもがいました。ができる範囲で参加することになりました。

① ウォーミングアップ

気持ちのカルタを使ってのゲームをしました。

子どもたちは「気持ちカード」に当てはまる「文カード」のお母さんを探してペアになります。

② チャレンジの報告

前回学んだ「いやな気持ちを伝える」をと実際に試してみるチャンスがあったかきいて、報告してもらいました。

この後親たちと子ども達は別々の時間を過ごすため、親たちが別の部屋に移動することになりました。私は子どもたちのグループを見学させていただきました。

③ 本日のわざの紹介

リーダーは子どもたちに親子コミュトレのワザ

は「いやな気持ちを発見して、小さくしてみる」ですと説明。前回やったことを気持ちの温度計を使って復習しましょうと声かけします。手がすぐにあがらなかったのも、スタッフの一人が見本を見せました。最初は気持ちの温度が100まであった嫌な気分が、嫌な気持ちを人に伝えた後、ぐんと下がります。その後は子どもたちが次々に取り組みました。

④ カエルの呼吸エクササイズ

嫌な気持ちを人に伝えられないときに役立つわざとしてカエルの呼吸を練習しました。リーダーは「みんながカエルの呼吸を上手にできると心が穏やかになったり、嫌な気持ちが小さくなったりすることができるようになります」と話します。練習は二人一組で行い、最初体調不良だった子どもも何とか呼吸を行いました。最後にリーダーは家や学校でいやな気持ちになった時には一人だけでがまんしたり、ものや人に乱暴したりではなく、カエルの呼吸を思い出すよう話しました。



⑤ 遊びの時間

サーキットトレーニングとして5種類行いました。このねらいは遊びの中に「今日学んだわざ」が出てきます。初めに、ペアを作り目隠しして廊下を半周で交代しながら1周します。言葉や手を使い誘導をしながら歩きます。2つ目には、指示ボックスの中からカードを選んでその指示に従うというもの。例えばお腹をおさえたまま目をつむり心の中で20数えるなど。3つ目は手裏剣投げです。意外に難しく背の高い子どもと低い子どもで差が出ました。が、リーダーの適切な声かけや次々に変わる遊びに関心に移り勝ち負けはひきずりません。4つ目は忍び歩きでいす取りゲーム。5つ目はボール運び、ペアになり棒2本の上にボールをのせて廊下を1周するというもの。静と動のアクションを交互に行うことで、切りかえをすぐにできるようになるためのトレーニングになります。子どもたちは楽しいことはいつまでもやりたいし、嫌なことはずっと引きずりやすいので、切り替えのわざをここで身につけます。子どもたちはこの遊びが一番楽しかった様子

です。

⑥ まとめ

最後に、また親子が一緒に振り返りの時間をもちました、リーダーはお母さんたちに子どもたちが行ったことを報告しました。カエルの呼吸については、特に家でいやな気持ちになった時に「カエルの呼吸の事」を話題にしてやってもらうよう伝えました。

そして最後に言ってもらった感想では、子どもたちは皆「楽しかった」といいます。親の方からは「マインドフルネスを体験できてよかった」、「ここに参加するようになって少しずつ子どもが話をしてくれるようになってきた」、「以前より言葉が出るようになった」という変化も話されていました。

【見学を終えて】

「親子コミュトレ」では、子どもたちの関心をひきつけ、集中力を持続させるために細やかで様々な工夫・配慮がなされていました。学びの時間と遊びの時間の両方が組み込まれていること、遊びの時間では「静」と「動」を交互にいれていること、手作りのツールを用いて判り易くすることなどです。そしてそれらがあることで「楽しい」という気持ちで終了できるということもわかりました。

対象者は障がいのあるなしにかかわらず小学2年生から5年生までというのは、柔軟な対応が常に必要なもので、今後のため力量のある担い手をこのプログラムで直接育てていくのは良いと思いました。

最後に、「養毛猛司氏さんの子どもから募った質問に対する回答を集めた本の中で『人が生きる世界には、世間と自然との二つの軸がある…だが子どもたちの世界から自然が急激になくなってしまった。そうしたら、人間関係の世界が倍になっちゃった…』、いじめ、虐待、貧困、夢が持てない等、子どもが生きづらい時代…」（毎日新聞「照明灯」2016/11/13より抜粋）そんな状況を乗り越えていくためにも健康的に育つ力を意識的に創っていくこの取り組みが広がることを期待したいです。（YMSN 森川 充子）

ファイザー株式会社 横浜パッケージセンターを訪ねて

～ それぞれの得意不得意をオープンにして働くかたち ～

4月10日、横浜市都筑区にあるファイザー株式会社横浜パッケージセンター(以下、YPC)を訪問し、センター長の志村研二さんをはじめ、働く皆さんからお話を伺いました。

ファイザー株式会社は製薬企業のなかでは世界一を誇る企業であり、YPCはその一つの部署として位置づけられています。また、昨年25周年を迎え、障がい者雇用においては、東京都や横浜市などから表彰される実績ある企業です。当法人(以下、YMSN)では、職業訓練中の実習や就職先企業として大変お世話になっていますので、今回読者の皆さんにご紹介させていただきます。

会社の概要

現在、知的障がい者27人、精神障がい者13人、身体障がい者1人、事務所スタッフ5人が働いています。

主な業務は、①各種営業用資材のセット ②案内状やダイレクトメール(DM)用のレター印刷など、その全てが社内発生する作業です。社内では「外注に比べ、高い品質とスピード」と評価を得て、年間の作業依頼数は15,000件を超えるとのことでした。

作業の現場では

JR鴨居駅から徒歩20分にあるYPC。建物は2階建てで、1階部分は倉庫、2階が作業スペースという構造です。

以下、業務を紹介します。

① 各種営業用資材のセット

1階の倉庫には、印刷用の紙や発送用の段ボールなど関連資材が置かれています。一日何回かの入庫・出庫の度に伝票と合わせながらフォークリフトを使って倉庫内を整理していくKdさんは、倉庫の現物を確認しながら在庫管理をして、実際の作業がやりやすいように作業材料を作業場へと仕分けしています。全体

の流れが解るからできる作業だと思いました。また、Ktさんは入出庫情報をパソコンに入力して、皆さんからの確認状況にすぐに答えられるよう、在庫を把握する役割を担っています。

作業現場は、オペレーションスタッフとワーキングスタッフに分かれていて、YMSN出身の方は全員オペレーションスタッフに所属しています。

事務所スタッフから作業依頼書がオペレーションスタッフに割り当てられるので、それに沿って、ワーキングスタッフとグループを組んで作業を完成させます。依頼書によっては、ワーキングスタッフの力量を問われる作業や多くのスタッフが必要になる作業など、様々な内容に対応できるよう、臨機応変に動ける力が必要になっています。

また、Fさんはカット作業や製本作業が得意とか、Hさんはどんな作業もこなせる、Aさんはフォークリフトの免許があるなど、ピンチヒッターができる体制、それぞれの得意分野があり、それを全員が周知していてバックアップ体制が整っているところが作業の品質を高めていることになっていると思えました。

② DMの作成・発送や案内状・レター印刷

大型印刷機3台とパソコン4台の複合機が2階の1画にあり、会議室にはポスター(A1サイズ対応)の印刷機があります。

印刷グループは、事務所からの依頼書を基にパソコンを介しての印刷作業をしています。出庫の時間がわかっているので、それに合わせて、作業の手順を組み立てます。お話を聞いた4人は、それぞれの得意不得意を理解して作業に取り組んでいるようで、入社2年目のIさんは、「Yさんに負担をかけすぎないように作業に取り組んでいます」。入社6年目のYさんは「作業の終わる見通しが立たないと時間に追われている焦りが湧いてきて精神的にきつくなってくるので、印刷量の少ない依頼を手掛けるようにしました。そうす

ることで余裕をもって仕事に取り組み、体調も安定しています」。また、もくもくと作業に集中したいタイプのNさんは「Sさんが新人の質問に積極的に答えてくれるので助かっています」と、それを受けてSさんは「一番ベテランのNさんに頼るところは大きい。久しぶりに手掛ける作業になると、自信がない箇所はNさんに質問することで安心して作業ができる」と…。

企業内ジョブコーチの役割

YPCは、企業内ジョブコーチが通常業務を担いながら、その役割を果たしています。「基本的には日々の業務が円滑に遂行できるよう、総合的に見守りながらナチュラルサポートを心掛けています」と新井由香子さん。また、外部のジョブコーチとのすみわけについては、「外部のジョブコーチがどのような目的で訪問し、どのような気づきがあったのかなど、共有することが大切だと思っています」。

今後の夢、抱負

インタビューに参加してくれた9人のオペレーションスタッフに、今後の夢や抱負について答えてもらいました。

- ・ 12年目のAさん「娘が成長したら夫婦2人で北海道旅行に行きたい」
- ・ 8年目Nさん「しつこく定年まで働き続け、マイホームを建てるのが夢です」
- ・ 7年目Hさん「必要になりそうな資格を取って仕事の幅を広げたい」
- ・ 7年目Kdさん「今のままで…。楽しく飲める日が確保されればそれでいい」
- ・ 6年目Fさん「精神的に自立していきたい」
- ・ 6年目Ktさん「今は、親の介護でしんどい。いつか自分のために時間を使えるようになりたい。そのために淡々と仕事を続ける」
- ・ 6年目のYさん「いつまでも親がいると思わず、一人でどう暮らすか考えていきたい…」(一人と言わず結婚とか…と筆者が声をかけると大きな笑顔を見せてくれました)
- ・ 3年目Sさん「田舎の母を神奈川に呼び、もう少

し広い家を借りて一緒に暮らしたい」

- ・ 2年目になったばかりのIさん「休まず毎日勤務する。仕事をもっとスムーズにいく工夫をしたいし、新しい機能が使えるようになりたい」

障がい者雇用についてのビジョン

センター長の志村さんは、「直接薬剤に触れることはなくても製薬会社の一員として、何のために働いているのかを考えて日常業務を担ってほしい」と言い、その意味も込めて今年のYPCの“めあて”を『患者さんの病気を治すために働く—YPCはそれぞれの得意なことで力を合わせてやり遂げる—』としたそうです。さらに「企業人として利益を生んでいる。自分が役立っている充実感を持ってほしい」引いては、「成長を実感して、「〇〇したい」を持ち、是非実現できるようにしてほしい」と。

最後に

Aさんの入社をきっかけにお付き合いが始まり、12年になります。この間多くの方が実習や就職でお世話になり、自分の目標に向かい転職した人もいます。今回、インタビューさせていただき、皆さんが自分のことだけでなく、一緒に仕事をする同僚の仕事のスキルに関して理解し、仕事に取り組んでいることがわかりました。そのうえで、一歩進んだ作業グループができていると感じた訪問になりました。

職場にやりにくさが全くないことはないと思います。それとどう折り合っていくかを真剣に考えながら歩む力が付いたなとも感じました。それは、何より、先輩後輩が大勢いること、色々な場面でそれぞれがぶつかりながら成長していることだと思います。そんな素敵な姿に出会え、うれしくなりました。

(YMSN 鈴木弘美)

今、求められていること～気がかりなソフト面での復興

みやぎ心のケアセンター気仙沼地域センター 片柳光昭

被災地は、震災から8年目の春を迎えている。また、当職が宮城県に来てから7年目となった。今年度も気仙沼地域センターでの勤務が継続となり、気仙沼での支援は5年目に入った。振り返ってみれば、5年前の気仙沼市や周辺の沿岸地域には、津波で大きく曲がったガードレールや鉄橋の鉄さく等、震災の爪痕が数多く残っていた。津波被害が大きかった場所の中には、がれき撤去後、かさ上げ工事の順番待ちなのだろうか、手付かずのまま放置されているところも見られていた。また、道路事情も復興が始まったばかりで、仙台と気仙沼を行き来するのにも多くの時間を費やしていた。

気づけば、完成された防潮堤が所々に見え始め、かさ上げ工事も多く所で進み、道路は三陸自動車道路が延伸し、着々と整備されてきつつある。とはいえ、完成までには程遠く、毎日、ダンプカーの往来が激しい風景は5年前と同じである。

ハード面の復興の一方で

このように、ハード面の復興はようやく目にも見えるようになってきた。一方でソフト面での復興はどうだろうか。現場で支援に当たる立場としては、被災された方々、地域の方々の心の健康については、非常に心配な状態が続いているように感じている。震災後、被災地域へのメンタルヘルス支援は、災害公営住宅に被災者が入居したところが一つの目途になるという考え方があったように思う。ここからは推測だが、その考えの根拠は、ハード面の進め方に当てはめて考えられていたように思う。確かに、ハード面の住宅や道路は、設計通りに進め終わった状態が完成であり、復興した状態である。では、住民の心の健康はどうだろうか。住民も仮設住宅から恒久住宅に入れば心身の健康状態は回復するのだろうか。現状では、決してそのような状態に至っていない。むしろ、精神的健康に関する課題は、若年層を中心とする人口流失、それに伴う高齢化の加速化、地域経済の停滞と経済的基盤の脆

弱化等、様々な要因と相まって、子どもから高齢者まで、複雑かつ深刻な状況を生み出しつつあると感じている。事実、気仙沼地域センターが受ける相談件数は、他の2地区の相談件数を上回り、また年々増加傾向にある。

他方、村井嘉浩宮城県知事が、3月11日放送のNHKでの番組内で、今後も宮城県において心のケアが必要であるとの認識を示したことは、大変に意味深いものであった。被災地における心のケアがあと数年では終われないであろう状況は、宮城県だけでなく、福島県、岩手県も同様である。今後、心のケアセンターがどうなるのかについては不明だが、震災後の影響はこれからも長期的に及ぶと考えられることから、引き続きのサポート体制は不可欠であると思われる。

ラジオを通じてのメンタルヘルス支援

今年1月から、コミュニティFM局のラヂオ気仙沼さんと当センターとの共同事業として、メンタルヘルスに関するレギュラー番組を開始した（「Sunny days Rainy days」毎週木曜日、午前10時30分～、再放送毎週日曜日、午後2時～）。

ラヂオ気仙沼さんは、震災後、災害FMとして動き出した気仙沼のラジオ局であるが、その当時からメンタルヘルスに関する情報も伝えたかったものの様々な事情から出来ず、いつかやりたいと考えていたとのこと、この度、ご縁を頂き始めることとなった。

番組コーナーの一つに「コミュニケーションエクササイズ」というタイトルで、SSTを用いたソーシャルスキル獲得の試みを行っている。ここまで約3か月間放送してきたが、反響もあり、ラジオという手段の影響に驚いている。

ラジオ番組を始めるに至った背景等の詳細については、次回にお伝えすることとしたい。

ご関心があれば、無料アプリの【Listen Radio】をインストールし、ラヂオ気仙沼を選局することでお聞き頂くことが出来るので、お聞き頂ければ幸いです。

トライ

3月27日にトライ1月生10名が3カ月のコースをやり遂げ、全員卒業することができました。メンタルネットのトライは多くの企業実習が経験できることが特長です。1月生の皆さんも4カ所の実習を経験しました。

私は実習帰りの電車などでちょっと話す時にでてくる会話を大事にしています。体験直後にでてくるホットな気づきが今後の振り返りに大きく生きてくるからです。今回聞いたホットな気づきの一部を紹介します。

クリーニング工場で実習をすることになったAさん。実習前は洋服を細かくきれいにたたむことができるか不安で仕方なかったということでした。しかし行ってみるとシャツなど大きな物がほとんどで心配無用だったということでした。聞いたイメージで心配し、ダメだと決めつけなくて色々チャレンジしていきたいと話してくれました。人はイメージで物事を判断しやすいとよく言われますが、字面ではなく経験から実感できるとこれからは大いに役立ちます。素晴らしい気づきだと思いました。

スーパー、データ入力などいくつかの実習を経験したBさん。それぞれの経験を比較しての気づきです。「スーパーでは自分が袋詰めした野菜が店頭に並んでいるのをみて人の役に立っているなど思えた。データ入力はどこかできっと誰かの役に立っていると思うが直接見るのが難しいのでモチベーションを保ちにくい」ということでした。私はこの気づき聞いて「なるほど!」と感心しました。誰かの役に立っていると実感できることは仕事を継続していく上でとても大切です。それが実感しやすい仕事を選ぶというのもひとつの選択。それが実感しにくい場合自分の仕事がどこでどうやって役に立っているのか分かる努力をしてくこと、私たちはそのお手伝いをする必要があると改めて思いました。

帰り際にぼろっとでてくるこの一言に驚かされ、うれしく感じます。この気づきを大事にして振り返りを深め、次の目標に繋げていく作業を丁寧に行い、皆さんの役立つトライを実現させていきたいと思っています。

(YMSN 金山正恵)

ジョブコーチ

2018年度がスタートしました。4月から働きだす方、今までの職場から異動し、新しい職場で再スタートされる方、皆さんそれぞれの思いを胸に働き始めています!

今年初めに無事ジョブコーチ支援を終了され、より一層頑張っているkさんをご紹介します。勤務当初は体調も優れず、仕事の面でも悩んでいることもありましたが、現在は上司に同行し、取材、原稿をまとめ、ホームページに掲載されるまでに活躍されています。控えめな方ですが、信念があり、新しい仕事のチャンスにも前向きに取り組む姿勢に、話を聞きに会社訪問をしている私の方が、kさんに気づかされること、学ぶことがよくあります。kさんが苦手な季節も終わり、「最近、元気になってきました」との元気な声を聞き、安心してフェイドアウト出来ました。このままマイペースで、前向きに活躍されることを陰ながら応援していきたいです!

(YMSN 吉成 広美)

中高生の放課後支援 Irodori



卓球台を購入しました

先日、Irodori の活動用に卓球台を購入しました。

学校で卓球をしていたメンバーが意外と多く、今までは机を並べてやっていたこともあり、卓球台があったらいいねえ〜とよく話していました。

卓球台が届くと早速、卓球の試合を楽しみました。経験のあるメンバーはラリーがとても長く続き、だんだんと、スマッシュ、変化球なども打ち分けて楽しんでいました。スタッフは左右に動かされたり、スマッシュに翻弄されたりしていました。卓球をやっている最中は自然と会話や笑顔も増えていきました。

「やっぱり卓球は楽しいね」「またゲームをしよう」と声が上がりました。スポーツで動く笑顔が増えますね。

(YMSN 原 悦子)



購入した卓球台



いつもの机の上に置く
コンパクトタイプ

卒業旅行 in 江の島

3/29(木)に江の島（藤沢市）へ卒業旅行に行ってきました。

行きは、鎌倉駅から江ノ電に乗り、レトロな車内や電車から見える海を楽しみました。江の島についてからは、岩屋そばの海辺でカニやアメフラシなどの生き物を探して遊び、昼食はしらす丼やちょっと豪華に桜エビしらす丼など食べて楽しみました。帰りは、湘南モノレールに乗りながら、楽しかったことなどをたくさん話して充実した1日になりました。天候にも恵まれてとても楽しかったです。(YMSN 原 悦子)





かながわプレジヨブスクール

3月は卒業にむけて仕上げの時期となりました。9カ月を振り返り、今後の将来についてプレゼン制作しました。プレゼンの仕方もデザインもそれぞれ工夫していました。

プログラムを通して、「みんなと一緒にすることを楽しめ、ディズニーランドにみんなを誘えた。」「調理を初めてやり、家でも調理にチャレンジすることが出来た。」「何がきっかけかはわからないが、自信がついた気がする」などと振り返っていた。

将来については、アルバイトをすることや専門学校進学を目指すなど前向きに将来設計を立てることが出来ました。

親子の会

「親子の会」では、親へ向けてのプレゼンは「やりたくない」と言いつつも堂々としていました。プレゼンをみてもらうことで、目標に向かって今行動していることが伝わり、親から応援のメッセージをもらいました。

10月に湘南市民メディアネットワークに行き、制作したプレジヨブのCMも上映し、「ゆる〜い」感じのCMで笑いを取っていました。その後彼らが作った「ほうとう」を一緒に食べ、「おいしい」と自然と会話も増えていきました。

修了式

「修了式」は残念ながら7人全員集まることが出来ませんでした。しかし、ゲストには、かながわ県民活動サポートセンター、神奈川青少年課、横浜市青少年相談センター、横浜市港南スポーツセンターから来てくれました。

多くのゲストに少し緊張気味でしたが、プレゼンもやり遂げました。ゲストからは「とてもいい時間を過ごせているように思う」、「プレジヨブに入って自信がつき、たくましくなった」などコメントしてもらいました。彼らの成長を感じてもらえる機会となりました。彼らにとっても、目標に向かって一歩に踏み出すパワーになったと思います。

これから

9カ月を振り返ると、とっても短い期間でしたが、彼ら7人それぞれの成長を近くで感じられたと思います。今後は、「コンフィデンスセミナー（PCセミナーやジョブトレ、自己理解ミーティングなど）」やプレジヨブのOB会も企画をし、また形を変えて繋がっていったらいいなと思っています。

定例研修会

・精神保健福祉研修会

- ・日程 毎月 第2金曜日(全10回)
- ・時間 pm. 7:00～8:30(11月はお休み)
- ・場所 YMSN研修室 (上大岡駅 徒歩5分)
- ・内容 基礎を学ぶ/基本を見直そう(詳細はHPで)
- ・ホームページをご覧ください <http://forest-1.com/ymsn/>

当事者のためのグループ活動

・就労フォローアップミーティング

- ・年1回、08会の開催

・就労者SST

- ・日程 毎月 第1土曜日(全10回) 時間 pm. 1:00～2:30
- ・場所 YMSN研修室

・当事者グループ活動

- ・めんちゃれ 他 場所 YMSN研修室

SST南関東支部研修会

・定例研修会

- ・日程 毎月 第3木曜日(全10回)
- ・時間 pm. 7:00～9:00(8月はお休み)
- ・場所 横浜市総合保健医療センター (新横浜駅 徒歩15分)
- ・内容 全体会/SSTスーパービジョン 分科会/①究める「基本訓練モデル」
②究める「問題解決技能訓練」 ③究める「ステップバイステップ」(詳細はHPで)

・SST経験交流ワークショップIN TOKYO

- ・7月28-29日(土・日) 帝京平成大学池袋キャンパス
- ・詳細はホームページにて <http://news.jasst.net/minamikanto>

正会員：5,000円(個人) 賛助会員：12,000円(団体)
(正会員・賛助会員にはYMSN情報誌を無料配付)
振込先：郵便振替口座 00250-6-71607
横浜メンタルサービスネットワーク

会費を銀行・コンビニATMやネットから振り込む場合の入力方法をご案内します。

振り込み料は432円かかりますが、郵便局に行かなくても良いので楽は楽です。

(金融機関名) ゆうちょ銀行 (店名) O二九

(種別) 当座 (口座番号) 71607

(名義) ヨコハマメンタルサービスネットワーク

季刊 YMSN情報誌 Vol. 14 No. 4
YMSN 第56号 2018年4月20日発行

年間購読料1,000円(年4回発行) 1冊頒価300円

発行：NPO法人 横浜メンタルサービスネットワーク

理事長 鈴木弘美 編集代表 森川充子

〒233-0002 横浜市港南区上大岡西 1-12-3-204

TEL 045-841-2179

FAX 045-841-2189

<http://forest-1.com/ymsn/>

e-mail : ymsn@forest-1.com