

# めんたるねっと

VOL. 17-1

No. **65**

トピックス	【新型コロナ】感染拡大の中、仕事の意味を考える	2
総会后研修報告	心理職としての私の仕事 ～総会・初めてのオンライン研修会～	3
就労の現場から	ふれあいショップ“カフェ marine blue” 新市庁舎にオープン	6
被災地より	災害後の心のケアに求められること～長期・継続支援の必要性	8
就労の現場から	ジョブコーチ / コロナ禍の中での支援の在り方	9
	Irodori / 休まず開催、マスク作りにも挑戦	10
	プレジョブスクール / 2年生プログラムもスタート	11
	事務局より / 予定・報告	11



## 【新型コロナ】感染拡大の中、仕事の意味を考える

～ 生活支援の周辺から ～

中国武漢から発生した新型コロナウイルス感染症は瞬く間に世界に広がった。ご承知のように感染者数は日本で、世界で毎日増加し続けている。終息は見えない。

私たちの生活は一変した。緊急事態宣言の発動から解除まで、そしてそれ以後も以前の生活に戻れていない。

私の職場では国の緊急事態宣言が発出されてから、横浜市の指示もあり、生活支援センター自体の開館時間が短縮された。シフトを2部制に組んでいたが、遅出のシフトがなくなり、その分人手が要らなくなり週2日くらい交代で待機という形で休むことができた。この間の利用者は以前平均毎日20人弱だったのが4～5人まで減ってしまった。しかし、毎日来館者の検温をし、手の消毒を促し、1日が終わると室内で人が触るところはほぼ全部消毒するということが必須の日課になった。

私の仕事は訪問が中心ではあるが、緊急事態宣言中は最も必要度が高い人のみ数人だけを訪問し、あとは電話対応で済ませることを余儀なくされた。6月からはほぼ平常通りの訪問を行うようになった。対象者は単身者がほとんど。生活保護受給者や障害年金をもらいながらわずかな貯蓄を取り崩しての生活の方が多いので、住居はもちろん狭い。訪問時に2メートルの距離を取ることは難しい人が多い。単身で生活保護を受けての生活というと公営住宅を除くとワンルームがやっとなのである。距離をとれない分換気をしていただくよう先ずお願いし窓などを開けてもらおう。しかし、これすらもできないこともある。妄想が出て、「戸を開けると前や横の家の人がずっと見てこちらをうかがっているから、開けられない」。とか「網戸がないので虫が入るから開けられない」とか「そんなに気にする必要はないんじゃないですか？」とほとんどとり

あわない人もいる。仕方がないので、部屋にあがらず玄関に立ったままで話をし、短めに切り上げるということになる。マスクをしていない人にはしてくださいと促したり。自分の中に毎日ストレスが積もっていくのがわかる。

こんな時にある家族から娘が退院してきたので以前のように訪問をお願いしたいとの連絡があった。数カ月にわたり入退院を何度も繰り返している方だ。家族は娘の病状がなかなかよくなるためか薬のこともよく勉強され、自分の娘の場合の副作用と症状の違いなどを主治医に伝えようとするが、なかなか理解してもらえないということ話を話してくれた。薬の量を抑えた時はよかったので、増やされた後の具合の悪さは副作用によると考えていた。

娘への薬の投与量に疑問をもちある日、薬の量を<sup>※</sup>C P 換算で計算すると基準値を大きく上回って大量服薬の水準にあった。以前から日本の大量服薬は大きな問題になっているが、C P 換算値をまったく無視した処方が行われているのである。家族の方の真摯な訴えに新型コロナウイルス感染症に振り回されストレスだけを気にしている私ははっとし襟を正されるような思いになった。どんな状況にあっても、自分の仕事の意味を考え、家族の苦悩に真剣に耳を傾け問題を直視しなければと思った。

<sup>※</sup>C P 換算値とはクロルプロマジン 100 ミリグラムと抗精神病効果が等しくなる各薬剤の用量のことです。一般的に、C P 換算値が 1000 ミリグラム以上であれば大量投与と考えられています。「統合失調症の人が知っておくべきこと」NP0 法人コンボ編より抜粋

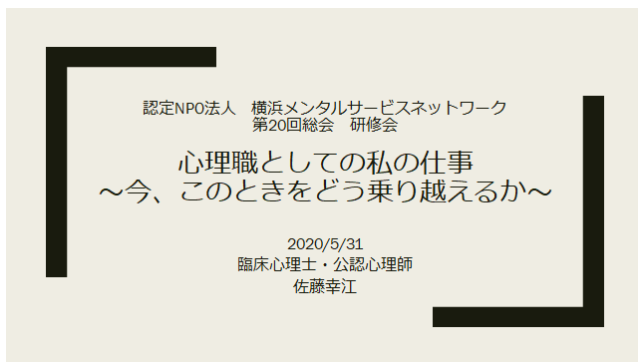
(YMSN 森川充子)

## 心理職としての私の仕事

～ 総会・初めてのオンライン研修会 ～

2020年5月31日、横浜メンタルサービスネットワーク第20回総会后、研修会が行われました。

オンラインによる研修会はメンタルネットの長い歴史の中でも初めてのことです。今回の研修は、受講する側でも初めてのことにドキドキする緊張感。そして当然のように行われているオンラインを体験できるワクワク感。また、この研修のテーマがタイムリーで興味深いことは言うまでもありません。その研修のご報告です。



「心理職としての私の仕事 ～今、このときをどう乗り越えるか～」をテーマに、臨床心理士・公認心理師の佐藤幸江さん(=先の総会で新理事として承認されました)にご講義いただきました。

「長く続くコロナの影響下で私たちはどのような思いで仕事をしているか？ そこから生まれた工夫は私たちのクライアントを支えるものであると同時に、対人支援者である私たちにも支えとなり有用な知恵になるのではないか」と佐藤さんは話し始めました。

私は、障がい者支援に30年余り携わってきましたが、緊急事態宣言の中仕事を行うのは初めて。自粛・在宅ワーク・人との接触は極力避ける。そのような中でいったいどう仕事に取り組みれば良いのか？ 普段と違う仕事のやり方、工夫をしながらやるとはどのようなことなのか？ 途方に暮れていた私は、救われる

ような思いでいつもの研修に増して熱心にお話を伺いました。

**緊急事態宣言後、出社することが難しくなった。対面で行われていたことが電話カウンセリングへと切り替えになる**

どうしても対面での実施が必要な人 希望する人。電話相談ではだめな人もいる。自粛と言われてもいつも通りにしたい気持ち。クライアントには「私自身はいつも通りお待ちしておりますと伝えた」変わらずにそこにいること(Being)は、何かをすること(Doing)を上回る力を持つ。それをご自身の体験が知っていたことが重要だった」と話されていました。

**対面してお話しをすることは、辛いこと・楽しいこと・実現しない夢のような話も昔の楽しい思い出でも良い。語る話が話し手の存在感を確かなものにする**

しかし、緊急事態宣言後は出勤制限がかかり、自分のやるべきことができない悲しい気持ち。出社に制限がかかる中、約束をしていたクライアントのことが気がかりだった。本人と連絡をとらなくては…。そこで思い出されたのが、2011年3月の東日本大震災直後の出来事だったそうです。出社するが既に本人から電話が入り、上司が状況を説明し面談はできないことを伝えていた。間に合わなかった。その後本人と電話は繋がらなかった。上司は当然のことをしてくれただと思うのですが・・・と。

それ以上言葉にしなかったのですが、佐藤さんは、自分の言葉で説明したかったのではないかと。そうであればクライアントの受け取る気持ちは違ったのではないかと。きっとご本人が納得できたのではないかと。

## 緊急事態宣言や自粛の時だからこそ、カウンセリングや相談窓口・話せる相手、つながる場が必要になる。相談を途切れさせないことが最も重要

使えるツールや方法を探る。ゼロにしない。今ある職場などのツールを見直してみると意外に使えるものが見つかる。自宅待機・在宅勤務になったとしても私たちが対象とする人へ（クライアントなど）「思いを馳せる」「こころを砕く」ことはできる。

佐藤さんは、在宅勤務の際、自分の携帯から非通知にしてクライアントに電話。

「1回20分程度 この時間であれば一つの話題が一旦治まると言う説がある。

いずれも時間通りに電話に出てくれ閉所にまつわる気持ちなど話してくれた。

電話ありがとうございました。と言うお礼もしっかり伝えてくれた。

やはり「ゼロにしない」「つながり恒常性を保つこと」の大切さを実感した」

佐藤さんはきっと分け隔てなくどのクライアントにもそのことを伝えているのだと思います。通話時間の長さや話の内容よりも自分のことを気にかけてくれている人が存在していること。このことがとても嬉しいのだと思いました。

クライアントの存在をいつも最優先に考え、大切にしている佐藤さんのお話を伺い、自分の仕事を見直す良い機会を与えられました。緊急時事態宣言の発出中なのだから仕方ない。今はステイホームが優先。私はきちんと守る。クライアントと向き合えないことを正当化していたのではないかと。それでも私も慣れない在宅勤務で何をしたらいいか考えました。

### 記録をまとめる？ 資料を作る等々

「そういえば〇〇さんはどうしているだろう？ お店は休業かな？ 利用者に思いを馳せた時、はがきを書いてみることにしました。一人ひとりの顔を思い浮かべそれぞれ違う文面を考える。慣れない手書きも重なって意外に時間がかかることに驚きました。そん

な中、働いている人達みんなの近況や思いを知りたくなりアンケートを取ってみようと思いつきました。そして得られた結果は皆に返し共感できたり参考になればよいと思いました。気がかりなことを一つ一つ挙げて項目を考える。その結果を得られることを考えると楽しみになりました。

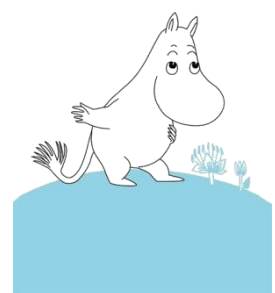
最後に佐藤さんはこのようなお話をされました。

直接会うのが私たちの仕事。それができない今、私たち自身のケアも大切。支援者と言う立場上、自分の不安を自覚することが難しくなりがち。職員間のコミュニケーションも大切。出社している人と在宅の人。情報や状況を共有する。「いつもとは同じ」にできない現実がある。自分たちも不安の中にいる。→そこで見てみぬふり（否認）をしないように（それが長期的には心の健康を維持することにつながる）。

「過覚醒状態」になっていない？ →意識的にリラックスしたり心地よいと感じられる時間を持つことも大切。そして私たち自身にも自分の気持ちを話せる場が必要で大切。今日参加して感じたこと日々の苦労や工夫、仕事の中で大切にしていること皆で共有しましょう。

### 参加された方々からは次のような感想がありました

- ・ 今まで定期的に行ってきたグループ活動を休止にすべきか、最善の注意を払って続けるべきか悩んだ。今日のお話を聞いて活動を休止にしないと決断して良かったと思った。
- ・ ヒューマンサービスの仕事をしている我々は会わなければ、顔を合せなければ仕事にならない。と嘆くのではなく色々なツールを使うことを考えなければいけない。
- ・ リモート研修でも久々に皆さんの顔を見ることができて良かった。





**チェーリオ。**

**よくねむって、元気をなくさないこと。**

**あたたかい春になったら、その最初の日に、  
ぼくはまたやってくるよ。ースナフキンー**

ソーシャルディスタンスではなくフィジカルディスタンス

必要なのは物理的距離・身体的距離を取ることであって、人と人との「心理的距離」ではない。むしろ物理的距離を取らざるを得ない時だからこそ人と人の心のつながりが大切。

オンラインも活用するがこうした変化の中で何が大切かそうでないかを見極める。ついつい便利な解決策に流れてしまうが「それで良いのか?」「誰のためになっているのか?」「取り残されている人がいないか?」など問い直し続ける必要があります、と佐藤さんは話されました。

**寄り添う、傍らに いつもそばにいるよと言う私たちのクライアントに対する思い**

実際にそばにすることができない状況にあっても何かできるはず。それを今日の研修から学ぶことができました。お話を伺い暖かい気持ちになり対人に関わる仕事は良い仕事だなと改めて感じました。今日からまた、頑張っていきます。ありがとうございました。

**後日談**

はがきを書きましたが電話でお礼を伝えてくれる人、そのままの人、反応はさまざま。一方で、何の反応もない方がいらしたことに、正直不安を感じていました。2カ月後、綺麗な封筒と便箋で「お葉書ありがとうございました」の返事が届きました。長い時間をかけて封筒や便箋選んでくれたのかな? 一文字一文字とても丁寧です。「きっと多くの時間をかけてくれたんだろうなあ」と、これは私の勝手な想像。嬉しく大切な手紙となりました。

(YMSN 中島契恵子)



## ふれあいショップ “カフェ marine blue”

～ 横浜新市庁舎 3階にオープン ～

本年（2020年）6月29日のグランドオープンに合わせて“カフェ marine blue”（マリンプルー）がオープンしましたのでご紹介します。

新市庁舎は、1階、2階のフロアに市民利用施設として商業施設などがあり、私たちになじみのある店舗が並んでいます。3階に市庁舎総合受付があり、行政機能は4階から32階までとなっています。“カフェ marine blue”は、総合受付のある3階にあり、大岡川をはさんで桜木町の海辺を眺めることのできる景観の素敵な場所にありました。

店内は南国の海と風を思わせる雰囲気、制服もかわいらしくマリンプルーに白い貝殻模様が南の島を想像してしまいます。



“カフェ marine blue”は横浜市の障がい者の就労機会ふれあい喫茶（障がい者就労啓発事業として、障がい者を雇用し、公共施設内で飲食物の提供や障がい者施設等の自主製品の販売等を行っている店舗＝現在、市内9か所設置）の10店舗目。横浜市の公募により、公益財団法人横浜市知的障害者育成会（清水龍男理事長）が受託しました。同法人は他にも日産スタジアム、横浜市内の病院の売店でふれあいショップを



運営、その他「横浜あゆみ荘」（障がい者研修保養センター）のレストラン部門も担っています。今まで蓄積したノウハウをもとに応募し、“カフェ marine blue”のオープンにこぎつけました。理事長の清水さんは「コロナ禍でのオープンは大変だったけれど、スタッフも大勢の応募があり、良い人が集まってくれました」と、スタッフを紹介してくれました。

“カフェ marine blue”の営業は、月曜日から金曜日のAM7:30～PM8:00、スタッフは9人（内、障がい者スタッフ3人）が早番と遅番と担当を分けて稼働。隣接する刊行物コーナー（AM8:45～PM5:00）は、7人のスタッフに加え、新規に精神障がい者1人が働いています。

オープニングスタッフとして勤務している松代はづきさんは、「ボランティア経験はありますが、障がいのある方と一緒に働くのは初めてです。働く仲間同士、カフェをよくする工夫など提案出来たらうれしいです」と話してくれました。

メニューは“地元横浜”のブランド豚「はまぼーく」を使ったホットドッグや、横浜市内の牧場の牛乳を使ったソフトクリーム。また、サンドイッチやホットドックで使用するパンは社会福祉法人白根学園で製造したものをを使うなど、随所にこだわりがみられます。

調理を取り仕切るのは、店長で調理人の森隆之さん。昨年度まであゆみ荘のレストランで勤務されていて、“カフェ marine blue” 開店ということで、店長として転勤されたとのこと。あゆみ荘時代には、神奈川県のがい者短期職業訓練「トライ」を通してがいに仕事を教えていたそうです。その中で彼らが、健常者の仕事へのスタンスとは違った取り組み方、覚え方など、力の発揮の仕方に特徴があることに気づき、やりがいを感じたそうです。できないのが当たり前、分からないことを教えるとできるようになる。教え方を工夫するとできなかつたことが、できるようになる。そんな経験から、教える技術を学ぶこともでき、自分自身がブラッシュアップされていく事が出来たので、彼らと一緒に働くのはこれからも楽しみです」と話してくれました。

また、“カフェ marine blue” で働くがい者の方 2 人にもインタビューできました。調理担当の熊本大成さん(28 歳)は、視覚障がいの手帳を取得して 1 年、今までは日常生活に支障があったわけではないのですが、徐々に見えづらくなってきたこともあり、手帳を取得しました。調理の仕事が続けてきたので、手帳をとってからも調理に関わる仕事がしたいと思っていったところ、ハローワークで求人を見つけました。視力が弱くなっているところで、火を使ったり、包丁を手にしたりを両親が心配していたので、ここでの作業は、火を使わないカフェということもあり、自分の希望にピッタリでした。まだ開始したばかりですが、毎日楽しく働いています。12:00~20:30 の勤務で、夜はビールも出します。仕事帰りに立ち寄ってくれる方も多いため、働き甲斐があります。将来は、メニュー開発にも関わりたいと思っています。と話してくれました。

加藤晶さん(26 歳)は、身体障がいの手帳を持っています。勉強をしながらアルバイトをしたいと思い、応募したと聞きました。取得したい資格の勉強をしつつ、アルバイトで稼ぐには、ピッタリの職場だったので応募したとのこと。おすすめメニューはサンドイッチ。「厚くて中身が豊富なので、一度召し上がって



ださい」と… 「ロケーションも良く夜景も素敵な、穴場のカフェですから、是非いらしてください」と笑顔で応じてくれました。

新市庁舎に素敵な場所が出来ました。これからは、日々の仕事に大変な思いで勤務されている方々が癒やされてほっとできる空間として“カフェ marine blue” が担えるのではないかと思います。もちろん、誰もが利用できる場所ではありますが、障がいのある方と語り、顔を合わせることで、市役所で働く皆さんが元気になっていく…

それも大事なことだと思いました。

是非一度寄ってみてください。私はコーヒー好きでよく飲むのですが、とても美味しいコーヒーでした。

(YMSN 鈴木弘美)

## 災害後の心のケアに求められること

～長期・継続的な支援の必要性～

みやぎ心のケアセンター気仙沼地域センター 片柳光昭

連日、九州そして日本各地での豪雨災害の様子がメディアで報じられている。「数十年に一度の雨」という言葉を今回も耳にし、河川が氾濫している映像も1つや2つではない。その被害の大きさが計り知れないものであることは、画面からも痛いほど伝わってきている。

今回の豪雨被害により亡くなられた方のご冥福を心からお祈りし、また、被害に遭われた方に心からお見舞いを申し上げますとともに、微力ながら復旧、復興に向けてできることは、できる限り取り組んでいきたいと考えている。

筆者が住んでいる宮城県においては、現在のところ例年通りの梅雨模様であるが、今回のような豪雨や台風などの水害が発生すると、「東日本大震災のことを思い出し、体調が優れない」といった相談が増える。テレビから流れる映像のなかでも、河川から水が溢れ出し、その水かさが数メートルも増した結果、家屋の1、2階部分の損壊している光景や、町に瓦礫が散乱し、車があちらこちらにあり得ない角度や方向で置かれている光景は、東日本大震災後の津波被害の状況と見分けがつかない程、同じである。これらを見れば、心身に影響を及ぼしてしまうことは想像に難くない。

言うまでもないが、自然災害は、その地域に広く深い被害を及ぼす。そして、そこで住んでいる方の生活を一変させ、時に身体に、そして心に深い傷を生じさせる。多くの場合、心の傷は災害からの復旧、復興とともに時間をかけて癒やされていくとされるが、不意に発生する新たな災害が、無常なほどにその傷をえぐっていくことがある。東日本大震災以降も、全国各地で地震、豪雨、台風、竜巻、そして現在、大きな脅威となっている新型コロナウイルス感染症など、実に多くの自然災害が発生してきた。自然災害が発生する度に心の傷はえぐられ、東日本大震災当時に引き戻されてしまう人も少なくないように思う。こういった心の動きは、東日本大震災ではない他の災害の被災者の

方々にも起きているであろう。様々な災害が全国各地で毎年のように発生している状況を踏まえると、災害後の心のケアの必要性と重要性は、ますます高まっていると考えられる。

自然災害はいつでも発生する可能性がある以上、防災や減災の対策を取りつつも災害と共に生きていかなざるを得ない。心の傷についても、災害が繰り返される以上、その傷へのケアをその都度、繰り返し、何度も行っていくことが求められる。

災害後の地域の復興には、インフラ整備などのハード面と、そこに住む人の活動や繋がり、健康の回復などのソフト面の支援が欠かせないと言われている。これらは両輪となって進められるべきであるが、ハード面の支援に比べ、ソフト面の支援は時間がかかり、その成果も見えにくいという特徴が挙げられる。心のケアはソフト面での支援に分類されるが、これらの特徴を踏まえた、腰を据えた取り組みが欠かせない。

これまでの筆者の経験から、災害後の心のケアについては、以下の点が重要であると考えられる。① 災害の直後のみならず、災害後も長期的かつ継続的に支援を実施していくこと、② 直接の被災者はもちろんのこと、直接の被害を受けていない方も支援の対象者であるという視点をもつこと、③ 「時間が経過することで回復する」という考えに縛られず、「それに当てはまる人もいるが、そうでない人もいる」という柔軟性をもって支援ニーズを広く把握できるように努めること、④ 「時間の経過」を多側面から捉えること、例えば、災害から時間が経過したからこそ相談へのニーズが高まることがあること、また、時間の経過によって語りにくい環境が生まれやすいこと、などである。

今や我々の日常生活は、災害と隣り合わせにある。だからこそ、心のケアも含めた災害への準備に積極的に取り組むことが重要である。

今日、テレビに映し出された映像は、決して他人事ではない。明日の自分の街の姿かもしれないのだから。



## ジョブコーチ/コロナ禍の支援

2月頃から新型コロナウイルスの影響で、徐々に在宅ワークや自宅待機になる企業が増え、就労されている多くの方の勤務形態も大きく変わってきています。特に4月は国の緊急事態宣言が出たこともあり、多くの方が自宅で過ごすことを余儀なくされました。しかし企業（職種）によって対応もさまざま、宣言中でも変わらず通常勤務で働いている企業もあれば、交代出勤、時短勤務、なかには2ヵ月以上自宅待機など対応は様々でした。

宣言解除後も、すぐに通常勤務に戻る企業ばかりではなく、現在も変動勤務の企業が多いようです。

支援に入っている方の中には、病院や介護施設で勤務されている方も多く、交代勤務や小さいお子さんがいる方はお休みされていたりと、通常よりも仕事量が増え、疲労とコロナ感染への恐怖心のなか日々勤務されていました。企業訪問もお断りされる状況なのでお会いすることも出来ず、電話やメールでの対応を余儀なくされ、一番大変な時に支援に入れないもどかしさもありました。多くの方は大きく体調を崩さずになんとか勤務されていましたが、中には恐怖心が強く不安定になっていた方もいて、企業と連絡を取りながら、勤務日数を減らしてもらったり、時短勤務にして頂きながら乗り越えられていました。

正規雇用や月給で勤務されている方は、ある程度賃金保証はあるので自宅待機でも乗り切れたようでしたが、時給で雇用されている方にとっては、2ヵ月近い自宅待機は、日々の生活で変わらぬ支出もあり、とても厳しい状況で悩まれている方も多かったです。幸い支援に入っている方はご実家暮らしの方が多かったので、何とか乗り切れたようですが…

現在、また感染者が増えてきており、いつ第二波がきてもおかしくない状況が続いています。その時に備え、どのような支援の仕方があるのか、また新しい支援の仕組みも考えて行く必要性を強く感じています。

(YMSN 吉成広美)

## 中高生の放課後支援 Irodori

最近の Irodori は、4・5月は新型コロナウイルスの影響で学校が休業している日中に活動を行っていました。おやつも手作りはできるだけ控えるように気を付けていたので、その分ゲームなどをする時間をたくさん取れて遊ぶことができました。メンバーに人気があったのは、WII（ウィー）のマリオパーティやマリオカートでした。みんなが小学生の頃たくさん遊んでマスターしたと言っていて、「すごく懐かしい」と言いながら対戦を楽しみました。

その他、みんなでマスクを手作りしました。久しぶりに針をもって裁縫をしたメンバーも多く、まっすぐ縫うにはどんな風に工夫すればいいかなと相談しながら、それぞれが選んだ生地でマスク作りを楽しみました。

6月に入ってからは夕方の活動に戻り、新しく見学に来てくれる人も増えました。おやつ作りでは、新しいメンバーの提案で「辛（シン）ラーメン」という辛いインスタントラーメンを作ることになり、赤く辛そうなスープの素をどれくらいまで入れようかと相談しながら作って食べました。生卵をスープに入れて辛さをやわらげたら、「辛くても食べられる」と言っておかわりをするメンバーもいました。

これからも今まで作ったことのないおやつやゲームにチャレンジして楽しみを増やしていきたいなあと思います。

(YMSN 原 悦子)



↑楽しんでいるカードゲーム

## かながわプレジョブスクール/6月2日スタート

6月から今年度のプレジョブスクールが始まりました。これまでのプレジョブが1年生のプログラムになり、新しく2年生のプログラムもできました。1年生6名、2年生3名が通っています。コロナウイルスの感染症予防策として、検温、手洗い消毒、席を離して座ることを徹底し、不安な人はオンラインでの参加、と工夫しながら、元気に過ごしています。

プログラムは別々に受講している1年生と2年生ですが、休み時間には一緒にゲームをしたりして、会話が弾んでいます。入校式で「話しかけるのが苦手」「コミュニケーションに自信がない」と言っていたメンバーも、この場を心地よく感じてくれているようです。

7月に合同で「しゃべり場」というプログラムをしました。「自分ってオタクだと思う?」というテーマで盛り上がり、「あまり考えずに話せた」「たくさん話せて楽しかった」「共感できるところもあるし、自分と違う見方を聞くのも面白かった」など感想が出ました。コミュニケーションを実践として、1、2年生の交流も大事にしていきたいと思いました。  
(YMSN 山口奈保)

### 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) ★8月はお休みです
- ・時間 PM. 7:00~8:30
- ・場所 ウィリング横浜研修室 (上大岡駅 徒歩5分)
- ・内容 ひきこもり(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、OG・OB会の開催
- ・就労者SST
- ・日程 毎月 第1土曜日 時間 PM. 1:00~2:30
- ・場所 YMSN研修室
- ・当事者グループ活動

### 事務局より

- ・8月より事務局が移転します。次回号で改めてご案内いたします。
- ・今年度の寄附を募集します。引っ越しに伴う費用も必要ですので、多くの方の寄附をお待ちしています。

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. 17 No. 1  
YMSN 第65号 2020年7月22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