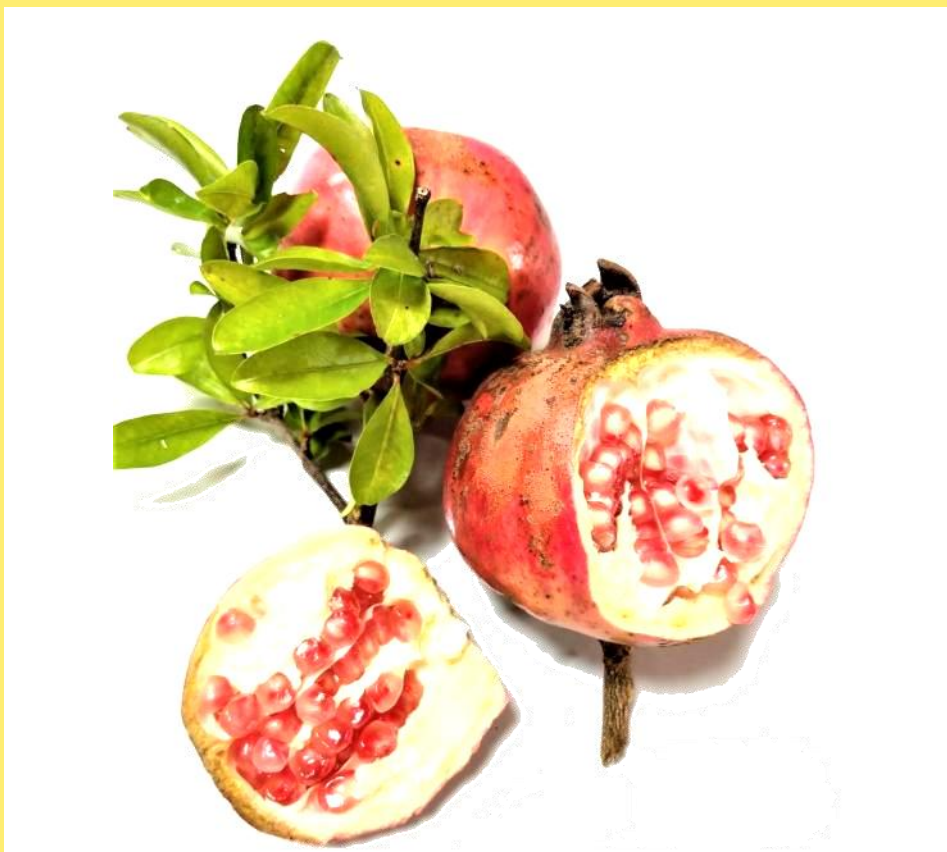


めんたるねっと

VOL.19-2

No. 74

SSTの現場から	初級テキスト改訂奔走記～「支援の核」と向き合う中で	2
研究発表	「キャリアデザインハンドブック」紹介 ～職リハ学会ワークショップ	4
書籍紹介	絵本「だるまちゃんとてんぐちゃん」～気持ちを伝える良さ	5
被災地より	気仙沼から仙台へ ～クリニックでの臨床を通して見えること	6
活動報告	Irodori エネルギッシュな日中活動～コースター作りにも挑戦	7
	駄菓子屋カフェ・食堂～音楽会／ジョブコーチ～職場の方と昼食	8
	プレジョブスクール ～初めての会社見学	9
	事務局より／予定・報告	10



初級テキスト改訂奔走記

～「支援の核」と向き合う中で～

小山 徹平(公認心理師、臨床心理士、SST普及協会認定講師)

私はなぜかSST普及協会というところで、研修委員会の委員長をしている。普通、ある程度の組織の中の委員長という、どこかの偉い大学の先生か、キャリアの長いどこかの病院の院長先生が務めたりするものである。しかしながら、である。一介の臨床心理士／公認心理師でしかない私は、数年ほど前のある日、突然に委員長を命じられてしまった。つまりは、いわゆる“委員長の器”ではないのに大役を仰せつかってしまったのだ。

私が所属するSST普及協会は、Social Skills Training (社会生活スキルトレーニング)の普及と精神科リハビリテーションの発展に貢献することを目的として設立された協会、27年前に設立された協会である。そしてその協会内にある研修委員会は、研修に関連する事業を一手に引き受けており、研修講師を行える資格である「認定講師」資格の審査や、認定講師向けのメルマガ発行など、抱える事業はかなり多岐にわたっている。

そんな多岐にわたる事業をこなしつつも、“新”委員長には、就任直後、上から新たな事業の命令がなされてしまった。

「初級テキストを根本から改訂せよ」

とんでもない命令である。本来委員長の器でない下っ端の私が、委員長として取り組む初の大きな事業としては、チャレンジ過ぎる課題である。諸先輩たちが作り上げ、もう何十年と愛用されているテキスト。そこには初期の頃からのいろんな思いや経緯、そしてそれを今でも愛用してやまない講師が全国にいる、というのに。私は、ただただ途方に暮れた。

まず上から言われたのは、「SSTはこれまで精神科の医療領域を中心に普及がなされ、初級テキストも医療領域で行われていることが前提で作られている。

しかしながら、昨今SSTは、医療領域にとどまらず、地域へひろがり、福祉領域や教育領域、そして触法領域に及んでいる。テキストもそれに対応するように」ということだった。確かにSSTに限らず、支援の枠組みは、もはや医療から飛び出し地域、そして生活の場へと広がって久しい。そこでまず、改訂の第一歩として私は、医療領域に限定的な内容部分を削除した。そして、研修委員会内に作った、「初級テキスト改訂ワーキンググループ」のメンバーに削除後のテキストを確認してもらった。「問題ないと思う」、ここはすんなりとクリアしたようだった。

次に取り掛かったのは、改訂すると聞いて届いた認定講師(初級研修で実際に本テキストを使う立場である人たち)からの声への対応であった。一番多かった声は「テキストのスリム化」であった。先ほども述べたように、SSTは様々な対象者に適用されるようになり、様々な領域へと広がったため、既存のテキストもそれに応じて、追加、追加でページ数が増えてしまっていた。そのため、既定の初級研修の時間内では全てのページをこなすだけで、時間がぎりぎりになってしまい、研修自体に余裕がない状態になってしまっていた。よって、ワーキンググループ内でも当然「じゃあスリム化しよう」となったわけだが、そこで大きな議論となった。はてさて、どこを残すべきで、どこは削除の対象なのか。グループ内でもこの議論は続いたが、なかなか道筋は見いだせなかった。その理由は、この議論は、結局は「SSTの核はどこなのか」という議論に通じるからだ。ワーキンググループに所属する人それぞれが大事にしている「SSTの核」が微妙に違っていた。それぞれの語りを聞きながら「それもあるなあ」とか「それはそっちの領域だからこそかも」とか色々な想いが巡り、最終的には「そもそも自分は何を大事にしてきたんだっけ？」と自問自答するに至

り、そして「そもそもS S Tは何が大事とされているんだっけ？」という命題にぶちあたったのである。

そこで、ワーキンググループでは、S S Tの祖であるリバーマンによって 2008 年に書かれた「精神障害と回復—リバーマンのリハビリテーション・マニュアル」（日本では訳本が星和書店より 2011 年に出版）にあたる事となった。それ以降、初級テキストの改訂作業は困ると、この本に戻って概念を確認したり、背景にある考えや理論を確認したり、用語の使い方を做ったりして、いわゆる拠り所として活用していく事になるのだが、その中でも一番大切にしたいのが「S S Tの基本」としてまとめられた 13 項目であった（一部を以下に紹介）。

1. 強固な治療同盟を築くこと。
2. 治療のはじめに、行動アセスメントを実施し、まだその後も、上達の程度と今後もトレーニングを必要とする分野を観察するために、継続して評価を実施すること。
3. 対人関係の問題と、その結果生じている事態、長期目標及び短期目標を特定すること。それから、一人もしくはそれ以上の人とのコミュニケーションを通じて、自らその問題を軽減し目標を達成することが出来るように、対人関係のシナリオを設定すること。
- ・・・
10. まずは得意としているところからはじめて、少しずつ進めて行動形成すること。一度に多くの改善を期待しない。
11. ロールプレイで妥当なレベルのスキルが認められたら、家庭や地域社会などの実際の生活環境で実行できる宿題を与えて社会的問題の解決を促すこと。

これらを見るとS S Tに限らず、支援一般にも通じる大事なポイントが含まれていることに気がつく。「我々はS S Tの初級テキストを改訂している訳ではあるが、伝えるべき核は“S S Tにおいて大事なこと”ではなく“支援において大事なこと”なのでは。S S Tが魅力的なのはそういった本当に大事な視点が自然と盛り込まれているからなのでは」ということに気がついたのである。



参考にした書籍

実は改訂作業は、今も継続中で、ここには書けなかった色々な壁や議論がたくさんあり、その度に、自分の支援者としての「支援観」が問いただされる感覚に陥っている。S S Tの奥深さを知るとともに、「支援の核」を再度確認する

日々ではあるのだが、これは従来の委員長より小さい器の自分であるからこそ、今やるべき課題で今やるべき試練なのだと思最近では感じている。途方に暮れたところからのスタートではあったが、支援者としての成長の機会を丁度与えてくれたのだと思いながら、今後も改訂作業を重ねていきたいと思う。



「未来コンパス キャリアデザインハンドブック」の紹介 ～日本職業リハビリテーション学会 自主ワークショップを企画して～

羽田 舞子(筑波大学附属病院精神科デイケア・作業療法士)

2022年8月に行われた日本職業リハビリテーション学会で、『未来コンパス キャリアデザインハンドブック はじめよう10のワーク』(以下、ハンドブック)を紹介するワークショップを行った。学会は宮城大会とはいえWeb開催のため多少の残念さがあったが、それ以上にWebでの発表経験が無い私たちは不安を持っての参加であった。発表を通して、改めてハンドブックについて感じた事などを簡単に記したい。

ハンドブックとは

ハンドブックは、生きる力が乏しく仕事や進路の選択に一步踏み出すことができない若者に向けた「生きる力」を育むプログラム、プレジョブスクールの内容をまとめたテキストである。全体は四つのカテゴリーを順番に進んでいく形で構成されており、各項目には細かいセッションやステップがある。

①生活の基礎

生活を築き、家以外に自分の居場所を作ることができるようになる事に軸を置いたプログラム。行く場があり、そこに自分の居場所があることで少しずつ仕事に向けた身体づくりを行う。

②作業の基礎

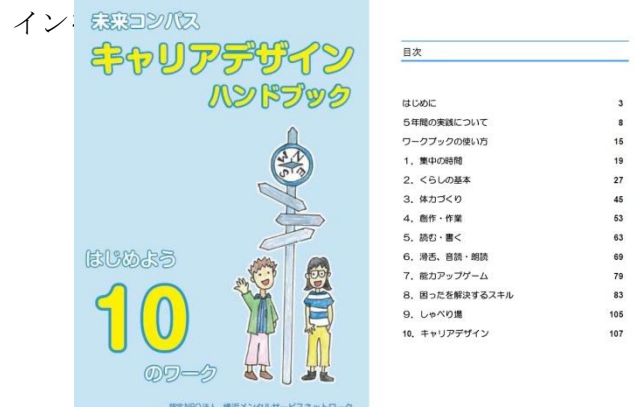
今までの生活の中で「少し遅れを取る」「ほかの人よりちょっと出来ない」の部分に焦点をあて、それによる自信のなさや苦手意識を改善する。

③問題解決と能力向上

これから起こってくる問題について、解決の方法や能力アップを行うことで、問題に対しての解決志向的な感覚を持てるようにする。

④キャリアデザイン

一步踏み出した先について具体的にイメージすることができるように、体験、自己分析、キャリアデザ



当日の様子

事前のリハーサルや色々な方からのアドバイスを受けて当時の発表に望んだ。対面式ではないため、参加者の方に少しでも参加している感じを持ってもらうにはどうしたらよいか、我々のやり取りをどのように行うか、グループワークを取り入れた方が良いのか、については検討を要した。

当日の流れは、メンタルネットとプレジョブスクールの紹介→ハンドブック全体の紹介→各項目の紹介、で行った。各項目の紹介では、心と体の健康のシート記入、朗読や早口言葉の体験、「困った」を解決するスキルの全体でのグループワーク、の3つの体験を行った。ワークショップ参加者の人数はあまり多くなかったものの、朗読の際には全体の空気が柔らかいものになり、グループワークを通して全体の一体感のようなものが生まれたように感じた。

最後の質疑応答では「書き出していくことの大切さを感じた」との感想や、「感情を書く際に、嫌な事を思い出して辛くなってしまう場合はどうしたら良いのか？」との質問を頂いた。限られた時間の中で十分議論はし切れなかったものの、プログラム参加者の特

徴の見極めや、関わりの内容やタイミングについて同じように試行錯誤されている話しが聞けて有り難い、と思う瞬間だった。

発表を通して思う事

今回の機会を通して、一番感じたのは「改めてハンドブックは良いワークブックである」ということだった。その理由を大きく考えると二つある。

一つ目は、全体の流れである。生きる力を育むには、やってみたい気持ちを大切にしながら、出来る事を少しずつ積み重ね、小さな前進をしていくことが大切だと思う。急に頑張り過ぎると途中で疲れてしまったり、階段が高すぎると不安になってしまったり、あまり変化が感じられなければ挑戦する気持ちが出なくなったりする。ハンドブックの項目を順番に進めていくと、いつの間にか振り返った時に前進できているようになっており、一人で取り組んでも、まるで伴走してくれているような感覚を持つことが出来る。コミュニケーションを例にとると、他の人との具体的なやり取りのスキルの前に、「滑舌」「音読」があり、人と話す前

段にまず一人で声を出す段階から始める事が出来るようになっている。

もう一つは、項目建てである。「運動」や「生活リズム」については、皆が何となく必要性を感じている事だと思う。しかし、ハンドブックではそれだけではなく、生活全般の中で人知れず劣等感を抱いてしまうような部分に焦点を当てた「作業」や、将来への不安に具体的に対処出来る方法を身につけるための「困ったを解決するスキル」、具体的なイメージを持てるような実践を踏まえた「キャリアカウンセリング」など、利用する方が全体的に成長する事が出来るような項目建てになっている。

発表が終了した時、とても楽しい時間を過ごす事が出来たと感じた。準備の段階から「ハンドブックを通してどのような事が役に立つことなのか」「何をすることが大切なのか」「私たちの思いをどう共有できるとよいのか」の話し合う時間を重ねて、また沢山の方々にお手伝い頂いて、チームとして少し成長し、また次への楽しみが生まれたように思う。

書籍紹介

絵本「だるまちゃんとてんぐちゃん」 加古里子（福音館書店）

今年5月、あるテレビ番組で女子刑務所で行われているプログラムを紹介していた。幼い子を残しての刑務所での生活。刑務所を出たら絵本の読み聞かせができることを目標としたプログラム。

ある女性は刑務所で初めて絵本に出会った。自分は体験できなかったが子どもには読み聞かせをしてあげたいと熱心に参加してきた。プログラムを終了した女性に感想を尋ねる。「自分の気持ちを伝えて良いこと、欲しいものを欲しいと伝えて良いことを知りました」と応えた

絵本は「だるまちゃんとてんぐちゃん」。

二人は、友達。

だるまちゃんは、てんぐちゃんが持っている物が羨ましくてたまらない。うちに帰っておねだりをする。

まず、うちわ 家族は一生懸命探し願いを叶えてあげる
てんぐちゃんは「そのうちわ良いね！」とほめる。おねだりは、帽子・下駄・長い

鼻・・・と続く。その都度皆で頭を働かせ願いを叶える。本人も色々工夫する。そろえる数の多さが愉快。てんぐちゃんは毎回だるまちゃんの物をほめる。この繰り返し。

確かに欲しいものを欲しいと言って良いんだと思える。応えてくれる家族、ほめてくれる友達、単純な繰り返しだが奥が深い。（YMSN 中島契恵子）



気仙沼から仙台へ

～クリニックの臨床を通して見えること・感じること～

片柳 光昭（せんだいG&Aクリニック）

今年の3月末でみやぎ心のケアセンター（以下、センター）の業務は、気仙沼から仙台へ異動となった。気仙沼では丸8年を過ごしたことになる。気仙沼では、東日本大震災後の中長期支援という、誰も携わったことのない業務を正解かどうかとも分からず、ただひたすら動いていた日々であった。本当にあつという間の、それでいて語りつくせない程の様々な出来事が詰まった、それでいて一瞬で過ぎ去った時間だった。被災地での直接支援にこれだけ長く携われたことを誇りに思うと同時に、ここで経験したことを今後様々な形で様々な方々に還元し、また貢献することが求められていると考える。

4月からは、これまでの直接支援の業務から、これまで集積された支援に関する様々なデータや記録のまとめ作業、また、今後発生する災害後の支援に生かすための伝承の業務など、センターの令和7年度の終了に向けた業務に就いている。同じ組織ではあるが業務内容は大きく異なり、直接支援を行うことがなく、毎日、PCや文書と向き合っている。

その一方で、センターでの勤務とは別に、昨年10月に仙台市内に開業した「せんだいG&Aクリニック」（以下、クリニック）にて週末に勤務を開始した。今後は、そこでの臨床を通じた話題や、これまで通りSSTに関する様々な取り組みなどもお伝えできたらと考えている。そのような経過もあり、今回から所属先を変更した。

ところで、筆者がクリニックの院長である滑川明男先生と出会ったきっかけは、先生が理事長を務めておられる「NPO法人仙台グリーンケア研究会」の活動の一つとして、大切な人を失くされた方が集う「わかちあいの会」を気仙沼で定期的に開催されており、その当日の運営をみやぎ心のケアセンターも協力して

いたことに始まる。

クリニックの名称にあるGは「grief（悲しみ）」の頭文字、そしてAは「アルコール（alcohol）」の頭文字を表している。文字通り、悲嘆に苦しむ方やアルコールをはじめとする様々な依存症に苦しむ方を主な対象とするクリニックである。筆者は毎週土曜日の勤務で、心理士としてカウンセリング業務を担っている。また、デイケアが併設されており、デイケアスタッフへの助言なども行っている。

筆者がクリニックでの勤務を開始して1年が経過した。クリニックの開業前に滑川先生からお声がけ頂いた時は、まだ気仙沼での勤務であった。当時、寄せられる相談の中には、震災に限らず様々な悲嘆やトラウマに関する内容や、アルコール、ギャンブルなどの依存症に加え、子どもや若者のゲーム依存や、リストカット、不登校などの内容も少なくなかった。これらの問題が震災とどれほどの関連があるかを推し量ることはできないが、被災地で起きている問題であることは事実であった。また、筆者は、どれほど時間が経過したとしても、語られる問題の背景には震災による影響が潜んでいるのではないかとこの視点を意識していたこともあってか、震災による影響は切っても切り離せないと考えていた。

しかし、このような問題に対して、有期限の相談機関としてできることは限られていた。震災の影響を考慮しながら、これらの問題にしっかりと取り組むことができたなら、あるいは、医療機関の立場から携わることができたなら、違った形で役に立つことができるのではないかとおぼろげながら考えるようになっていた。お声がけ頂いたのはそんな時だった。

毎週、多くの方がクリニックに来院されている。クリニックは仙台市内にあるが、遠方からいらっしゃる

方もいる。語られる内容は様々であるが、その背景には、震災の影響が考えられる方も、震災級の災害ともいべき個人的な出来事が背景にある方もいる。カウンセリング業務では、筆者自身の力が未熟な故、知らないこと、分からないこと、役に立てていないことを痛烈に思い知らされる場面も少なくない。

そうだとすると、何も変わらず、クリニックでの役割を担い続ける。気仙沼で過ごした時間では、震災が、あるいは震災級の個人的な災害が、個人やその家族にどれほどの影響を及ぼし、どれほどの苦痛と苦難のなかで生きていかねばならないのか、そしてその先にある回復とはどういうことか、さらには、そのような状況にある方々を支えるとは何かなど、本当に多くのことを教えていただいた。次は、これらの教えを活かす

ことが筆者自身の使命であると強く感じている。その思いが、自分自身を突き動かしている。また、筆者の独りよがりではあるが、そのような思いを胸に、今ある役割を果たすことが気仙沼でお世話になった方々へのせめても恩返しになるのではないかと考えている。

与えていただいた役割をしっかりと担い続けるのみである。

活動報告

Irodori

エネルギーが溢れる日中活動

久しぶりに日中活動の時間に1人参加してくれました。

漫画と算数の問題集を持っていましたが、最初にやったのはUNO。

UNOをしながらも、好きなジャイアンツのことを熱く語り、色々考えたあだ名から「ワタベー」が決定され、その後も漫才のようにマシンガントークが続き、私の頭がパンク状態。なんとかおやつタイムにしてもらい、大好きなお餅をたべながら、学校でモヤモヤしたことを話してくれました。

お腹いっぱいになったところで、コースター作りに取り掛かってくれました。「不器用だから…」と手を止めることもありましたが、最後まで完成させてくれました。ブラックでオリジナル感が出ました！！

Irodori だからこそ、自由に過ごして、ちょっとしたモヤモヤしたことも話せたのではないかと思います。

(YMSN 渡部恵梨子)

バザーで販売予定のコースター



駄菓子屋カフェ & 子どもとみんなの食堂

梅ジュースもおいしく出来上がり、季節限定でカフェでも提供しています。

会員の方から「ハンモック」を寄付して頂いたので、そこでのんびり過ごす方もいらっしゃいます。そんな優雅なひと時のカフェの時間とは打って変わって、午後は夏休み明けから子供たちで賑わっています。



子どもたちが作ったどら焼き

盛り上げてくれました。子どもたちは瓶や空き缶を利用して作った手作りの楽器と一緒に参加。カレー作りをお手伝いしてくれているママたちも生の演奏を楽しんでいました。おやつは、横浜市立南高等学校・南高等学校附属中学校の生徒さんが実施したフードドライブの寄付（ホットケーキミックスと小豆）をいただき、子どもたちと一緒に「どら焼き」を作りました。自分たちで作ったどら焼きが美味しくて、自宅でもお母さんと一緒に作ったと話をしてくれた子もいました。

10月は3連休の初日だったからか、子ども食堂の参加者がいつもより少なかったですが、マントを作ったり、お菓子釣りをしたりと少し早いハロウィンを楽しんでいました。（YMSN 吉成広美）

暑さも落ち着き、蚊や虫も減って、1年の中でとても過ごしやすく良い季節になりました。6月に作った



演奏しながら楽しむ子どもたち

「ハンモック」に乗りたい子も多く、順番に乗って楽しんでいます。夏休みは駄菓子を買いに来る子も少なかったですが、学校が始まって友だちと約束して遊びにくる子が多いです。

そして9月の子どもとみんなの食堂も子どもたちの参加が多く、とても賑やかでした。この食堂の開催を応援してくださっている横浜市港南区社会福祉協議会次長の樋口宗典さんは、今回、友人と一緒にバンド演奏（サクソ、ベース、ウクレレ）で参加して下さい、大いに

ジョブコーチ

ここ数カ月でジョブコーチ支援が増えてきています。新型コロナが少し落ち着いてきたことで、求人も少しずつ増えて、社会に出て就労する気持ちになってきている方が増えてきたのかもしれない。

この9月、1年以上ぶりに就職が決まり、働き始めた方がいます。仕事は出来る方なので、1人で動いて就職を決めたのですが、会社から支援者をつけてほしいと言われたとの相談があり、今回支援に入ることになりました。明るい雰囲気職場で、スタッフの方も気さくな方が多い様子。今までの職場では人との関わりを避けていた方ですが、離職中に家庭環境が変わり、心境の変化もあったようで、新しい職場では、職場の方と一緒にランチに行ったり、休憩時間に家族の相談をしたりするなど、職場の方と積極的に関わりを持つようになっています。仕事も今まで務めてきた職場と内容が重なる部分もあり、安心して取り組んでいます。体調管理に課題がある方なので、長く勤務出来るように定期的に訪問しながら、サポートしていけたらと思っています。

（YMSN 吉成広美）

プレジョブ

10月、キャリアデザインの授業で横浜市港北区にある「ピープルポート株式会社」を見学(参加者6人)しました。

こちらは、難民の方々を雇用し、パソコンのリサイクルをしている会社です。また教育支援団体の支援もされています。

最初に日本における難民認定の現状(待機期間は平均4年超、認定率0.4%)と環境問題への取り組みについて説明していただきました。この会社の難民雇用には2つの意味があり、1つ目は日本での生活安定、2つ目は世界のどこでも役に立つスキルを習得してもらうことだそうです。目の前の課題だけでなく、将来を見据えた支援が安心につながるのだと感じました。環境問題への取り組みという面では、リユースすることによって廃棄物の削減はもとより、パソコンを製造する過程で使う大量の水と排出されるCO2が削減できるということです。

プレジョブ生は初めての「会社」という場に最初は緊張していましたが、身近な



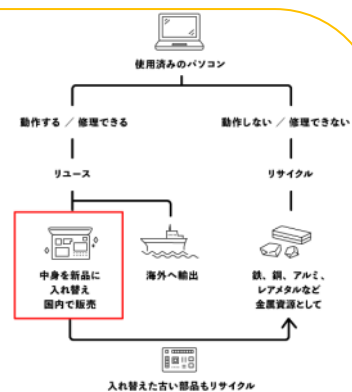
パソコンだけにお話に興味津々。リユースパソコンができる過程に「へえ」「すごい!」と驚いたり感心したりしながら楽しそうでした。

活発なやりとりがあったので、質疑と感想を一部ご紹介します。

- Q. 難民の方が日本の生活で苦勞していることは?
- A. 病院にかかることが大変。健康に仕事してほしいので社員が付き添って行くこともあります



会社の外観



使用済みパソコンの循環

Q. 仕事でわからないことが起きたらどうするの?

A. リユースパソコンのテストでエラーが出ると困る。でも先生(キャリアの長い難民の先輩)がいるから大丈夫。

Q. このお仕事のやりがいは?

A. リサイクルは世界の役に立っているから、とてもやりがいがあります。

[見学後の感想]

- ・働いている人が楽しそうだった
- ・リユースパソコンは安い、メーカーが選べるのがいいと思った
- ・入社したての時は大変そう
- ・世界の役に立ってるのはいいな
- ・モチベーションを持って働いていることが何より素敵(スタッフ)
- ・就労によって安定することで将来に希望が持てることを実感できました(スタッフ)



キャリアデザインでは文字通り、将来設計をすることを目標にしています。プレジョブ生には将来について明るい考えが浮かばない、選択肢が非常に限定されている人がいます。

今回のように社会人の方との交流から視野が広がり、働くハードルが下がると良いと思いました。

(YMSN 山口 奈保)

ご寄付のお願いと報告

- ・会費をいただいた方(2022.7.11~10.17)
 - ・吉野裕、舩松克代、羽田舞子、首藤直史、奥崎宏一郎(以上、敬称略)
- ・寄付をいただいた方(2022.7.11~10.17)
 - ・工藤一恵、横山秀昭、福田祐典、蔡奈美、匿名(以上、敬称略)
 - ・野菜他 舩松克代 ・カレー募金匿名(以上、敬称略)
- ・寄付をお願いいたします。
 - ・認定NPO法人なので、寄付をいただくと(所得税40%+住民税10%)最大50%の減税になります。今後ともご協力よろしくをお願いいたします。

・ありがとうございます

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、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
- ・当事者グループ活動

駄菓子屋カフェIrodoriイベント

「本の会」「子どもとみんなの食堂」のご案内

- ・日程 毎月第2土曜日
- ・会場 駄菓子屋カフェIrodori デッキスペース
- ・「本の会」 11時30分~12時 赤ちゃんから5~6歳
- ・「子どもとみんなの食堂」 15時~18時 どなたでも(事前予約)

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. 19 No. 2
YMSN 第74号 2022年10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
〒234-0052 横浜市港南区笹下1-7-6
TEL 045-841-2179
FAX 045-841-2189
<http://forest-1.com/ymsn/>
e-mail: ymsn@forest-1.com