

当事者講座

風通しの良い コミュニケーションを！



2024.7月20日(土)

13:00~15:00 講演

～気持ちが楽になるコミュニケーションとは～

15:00~16:00 お困りごと相談

場所：安曇野市豊科公民館 2階大会議室

安曇野市豊科4289-1 電話：0263-72-2158

「精神の病が持つ生きづらさ」を抱えながら暮らしている当事者の皆さん、高森信子先生に気持ちが楽になるコミュニケーションを教わりませんか？

コミュニケーションの問題、お困り事などをみんなで解決しましょう！

対象：当事者ご本人（家族の付き添い可）

※支援者の方は聴講のみ可

*参加費：不要 *申し込み：不要



豊科公民館

- ・JR大糸線 豊科駅から800m
- ・豊科インターより約5分
- 駐車場有り

講師紹介

高森信子

1989年より各地の家族会、デイケア、作業所などで各地SSTリーダーとして活躍。90歳の現在も精神疾患を持つご本人やご家族を対象に、再発防止や生活の質の向上をテーマに全国で講演を続けています。

「あなたの力が家族を変える」「まんがでわかる統合失調症」

「心病む人のための高森流コミュニケーションQ&A」など 他著書多数。

主催：三郷にに八

共催：安曇野市

後援：NPOながのかれん（長野県精神保健福祉会連合会） うつりカバリーエンジン（任意団体）

問合せ：☎ 090-9664-7361（三郷にに八事務局）

*本事業は安曇野市「令和6年度安曇野市民間福祉団体等事業の補助金」を活用した活動です。