

聞いてみよう、話してみよう

# こみゅカフェ

コミュニケーションカフェ

参加無料  
ケーキ・お茶つき  
定員50名

池淵恵美先生の司会進行で、参加者の皆さんが日々の中で感じている疑問点や悩みなどを、向谷地宣明先生におたずねします。また、仕事や社会復帰を目指して頑張っている方をゲストにお迎えし、ご自身の体験談をお話しいたします。ぜひ、お気軽にお越しください。お茶とケーキを楽しみながら、一緒にお話ししましょう。

**日時** 2016年9月3日(土) 16:00～18:00(15:30～開場)

**会場** 帝京大学医学部附属病院 6F 外来レストラン [green's café]

〒173-8606 東京都板橋区加賀2-11-1

※中央エレベーター6F降りてすぐ

(JR十条駅 徒歩10分/都営地下鉄板橋本町駅 徒歩13分)



## プログラム

- 15:30～ 開場(お茶とケーキをご用意しています)
- 16:00～16:15 先生方、ゲストのお二人からごあいさつ
- 16:15～17:00 ゲストの体験談「社会復帰までの道のり」&事前質問へのお答え
- 17:00～17:10 休憩
- 17:10～17:50 質問タイム
- 17:50～18:00 まとめ

講師



**向谷地 宣明(むかいやちのりあき)先生**  
ひだクリニックリハビリテーション部ベテラン式当事者研究室室長。生まれた頃から、北海道浦河べてるの家で精神障害を体験した当事者達と共に育つ。ひだクリニック(千葉流山)、べてぶくろ(池袋)などに従事。べてるの商品を扱う株式会社エムシーメディアンの代表取締役。当事者研究のワークショップを各地で主催するほか、各地域の家族会や当事者会活動を応援しています。

コーディネーター



**池淵 恵美(いけぶち えみ)先生**  
帝京大学医学部精神神経科学講座主任教授。私の治療はこころの声をよく聞き、これまでの生き方や今の生活の苦勞をうかがう中で、御本人や家族といっしょに進めていくことをモットーにしています。最新の薬物や心理的な治療についての知識をその中で活用し、こころ・脳機能・人それぞれの人生への支援のバランスが取れた医療を目指しています。



**ココろに笑顔プロジェクト**  
専門家に学ぶこころの力を育てるコツ

お問い合わせ・お申し込み

◎ココろに笑顔プロジェクト(株式会社協和企画内) 担当: 櫻井 E-mail: mhcafe@kk-kyowa.co.jp http://www.kk-kyowa.co.jp

申し込み締め切り: 8月31日(水)

※応募に関する個人情報は、カフェ講座以外に利用いたしません。

# 第3回 メンタルヘルスカフェ 参加申込み FAX用紙

聞いてみよう、話してみよう

## こみゅカフェ

コミュニケーションカフェ



申込先	E-mail : mhcafe@kk-kyowa.co.jp FAX : 03-6838-9229	株式会社協和企画 担当：櫻井行
-----	--	--------------------

### 参加者お名前

✓をつけてください

- 通院先 ( ) 病院／クリニック
- 医療関係者 ( )  その他 ( )

家族構成  一人暮らし  家族と同居  その他 ( )

年齢  10～20代  30～40代  50～60代  70代以上

池淵先生、向谷地先生、ゲストのお二人に聞いてみたいこと(当てはまるものがあつたらチェックをつけてください)

- 症状が出たときの対処について
- 薬をやめられるか。薬以外の対処法は?
- 仕事を探すときや復職のときの準備について
- 生活リズムの整え方について
- 家族や友人など、身近な人との付き合いで悩んでいること
- 恋愛や結婚について

その他、聞きたいことがあつたら何でも書いてください

### ● ゲストのご紹介



#### Aさん(20代男性)

5人兄弟の末っ子として生まれ、空手家の厳格な父に育てられる。  
大学3年生のときに統合失調症を発症して中退。  
以後7年間治療に専念する。

2年程前に母親が「べてぶくる」の人と知り合ったことをきっかけに、現在は豊島区のグループホームで生活をしている。



#### Bさん(30代女性)

大学卒業後、システムエンジニアとして働き始めるも、激務のため9ヵ月で退職。その後オペレーターのアルバイトを始めたが、生活のなかで不思議な現象が起こるようになる。つけた自己病名は「妄想スーツメガネ男子大好き症」改め「マイナス思考型ぐるぐる台風避難訓練タイプ」。現在は就職に向けてひだクリニックのデイケアに通っている。