



精神保健サロンのお知らせ

2025年2月



港北区内では、心を病む方とその家族や理解者が集えるサロンが精神保健福祉ボランティアグループの主催で、いくつか開かれています。どうぞ、お気軽にお立ち寄り下さい。のんびりと穏やかな時間を共に過ごしましょう。

ミニ樽サロン *ひなたぼっこ*

と き：2月6日(木)
12:00~13:30
(毎月第1木曜日)
ところ：樽町地域ケアプラザ
045-532-2501
参加費：¥300(昼食・茶菓子代)
ご予約をお願いします
*お問い合わせは上記ケアプラザまで。
主 催：ミニ樽サロン運営委員会

と き：2月10日(月)
13:30~15:00
茶話会です。
ところ：城郷小机地域ケアプラザ
045-478-1133
参加費：¥100(お茶菓子代)
*お問い合わせは下記ケアプラザまで。
主 催：城郷小机地域ケアプラザ

あったかだ

と き：2月4日(火)
15:00~16:30
(毎月第1火曜日)
ところ：高田地域ケアプラザ
045-594-3601
参加費：¥100(お茶菓子代)
*お問い合わせは上記ケアプラザまで。
主 催：あったかだ運営委員会



かもみいる

と き：2月19日(水)
13:00~14:30
(毎月第3水曜日)
ところ：日吉本町地域ケアプラザ
045-566-0360
参加費：¥100(お茶菓子代)
*お問い合わせは上記ケアプラザまで。
主 催：かもみいる運営委員会



はあとサロン

と き：2月22日(土)
12:30~14:30
(毎月第4土曜日)
ところ：大豆戸地域ケアプラザ
045-432-4911
参加費：¥100(お茶菓子代)
*お問い合わせは上記ケアプラザへ。
主 催：はあとネットワーク港北



もう2月。一年で一番冷え込む季節。インフルエンザも大流行。皆さま、大丈夫ですか?節分、立春、寒さをしのぎながら、梅見を楽しみ、鶯の鳴き声に耳を傾けているうちに、ほのかな温かさの春がやってくるような気がします。

そして、春は、いろいろなことのスタートの季節。何かを始める、何かが始まる。そんな「わくわく」を楽しみにしたいなと思います。

今月も、各ケアプラザでサロンが開かれます。語り合い、笑い合い、楽しみましょう。皆様のご参加をお待ちしています。



はあと卓球

と き：2月14日(金)
13:00~14:30
(毎月第2金曜日)
ところ：綱島地区センター
参加費：無料
持ち物：上履き(運動靴)
*お問い合わせ
090-1202-2469
主 催：はあとネットワーク港北



このお知らせは、赤い羽根共同募金等を原資とする「ふれあい助成金」を受けている港北区内の精神保健福祉ボランティアグループの有志が作成しています。

皆さまからのご要望やご意見、掲載希望のメッセージなどがありましたら、どうぞ。連絡は下記まで。お待ちしております。

heartnetko@yahoo.co.jp



この広報のWEB版のアドレスは
<http://mentalkoh.blogspot.jp>
検索ワードは、「港北区精神保健サロン」PCとスマホでご覧になれます。



あみねっと こころの病を 精神保健福祉講座 まなびましょう

日 時：2025年 3月 15 日（土）
10：00～12：00（9:30 開場）
場 所：港北区福祉保健活動拠点3F 多目的研修室
（港北区社会福祉協議会内 地図参照）
講 師：長見 英知 氏
（湘南精神保健福祉士事務所 所長）
参加費：500円
申込み：お電話のみでの受付となります。
申込先：港北区社会福祉協議会
045-547-2324
定員：先着40名
受付開始：2月17日（月）～
受付時間：9時～21時（日・祝は17時まで）

主 催：あみねっと（精神保健福祉ボランティアグループ）
共 催：港北区社会福祉協議会

昨年に引き続き、今年も「こころの病を学ぶ」をテーマとした講座を企画しました。こころの病について知ること、自分をより深く知り、他者への理解を深め、新たな希望の広がりになることを願っております。共に学びませんか。
ご参加をお待ちしています。

講師紹介 長見 英知 氏
平成4年 医療法人清心会 藤沢病院入職
平成23年 湘南精神保健福祉士事務所を開設。
福祉や医療に繋がらない方々への訪問相談や家族会支援に取り組むほか、福祉施設の運営コンサル、自殺予防活動、普及啓発・人事育成を行う。





いろいろなことのスタート

主 催：あみねっと（精神保健福祉ボランティアグループ）

共 催：港北区社会 協議会