

# 2021年度 家族SSTのご案内

## 勉強会 & おしゃべりサロン

☆心に不安を抱えている当事者に、安心をあげる言葉をかけられる家族になりましょう、というのが「家族SST」の目的です。

☆高森信子先生はいつも「あなたは私にとって大切な人、宝物だと伝えましょう」と言われます。☆よりよいコミュニケーションとは相手の気持ちがわかり、自分の気持ちも言えることではないでしょうか。そのために家族SSTが重要な役割を果たしていけるのではないかと思います。

☆初めのうちはうまくいなくても「SST」を実践しようと心掛けると、周りの何かが変わっていくのではないのでしょうか。([SST] Social Skills Training の略=社会生活技能訓練)

☆家族がお互いに理解しあい、認めあい、感謝の言葉やほめ言葉にして伝えることでよりよい人間関係をつくれるようになっていくのだと思います。

・家族以外の方で、当事者の日常生活に携わっている方の参加も歓迎致します。

\*\*\*\*\*

### ◇ 家族SST勉強会 (☎・12月の第2木曜日)

日時 : ~~5/13~~ ・12/9  
・午後1:30~4:30

講師 : 高森 信子先生 (SSTリーダー)

受講料 : 500円



### ◇ おしゃべりサロン (勉強会のない月の第2木曜日。但し8月は休会)

日時 : ~~4/3・5/13・7/13~~ ・9/9・10/14・11/11・1/14・2/10・3/10  
・午後1:30~4:30

内容 : 勉強会では語りきれない想いや悩みを気楽に話し合い、情報交換などの交流をしています。

### ○ 会場について シリウス6階 大和市生涯学習センター ☎ 046-261-0491

大和市市民交流拠点 ポラリス ☎ 046-274-4361

\*勉強会・おしゃべりサロンは会場を変更する場合があります。初めての参加の方は下記の連絡先へお問い合わせの上ご参加下さい。

連絡先 : 「大和さくら会家族SST勉強会」 田辺 ☎ 046-268-2471

### ◇精神障がい者関係の行政相談窓口

・保健福祉センター5F 大和市障がい福祉課 ☎ 046-260-5665

・厚木保健福祉事務所 大和センター ☎ 046-261-2948

★ 新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、5月~8月迄勉強会を中止させて頂きます。