

# 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。
- ❁ 当事者を抱える家族がSST「社会生活技能訓練」を学ぶことにより、当事者の不安や悩みを理解しコミュニケーションのとり方を学び再発を防ぐことを勉強する。
- ❁ SSTリーダーの高森信子先生はいつも「貴方は私にとって大切な人、宝物だと伝えましょう」<孤立>は人の愛☆暖かさ=ビタミン愛でしか埋められません。と言われます。
- ❁ 家族がお互いに理解しあい、認め合い、感謝の言葉やほめ言葉にして伝えることでより良い人間関係を作れるようになっていくのだと思います。その為に家族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。
- ❁ 初めのうちは上手くいかなくても「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。



### ■ 家族SST勉強会 (6・12月の第2木曜日)

日時 : 6/9 (シリウス 610号室) \* 12/8 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 : 4/14 \* 5/12 \* 7/12 \* 9/8 \* 10/13 \* 11/10 \* 1/12 \* 2/9 \* 3/9  
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。参加の方は下記の連絡先へお問い合わせの上ご参加ください。

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

保険福祉センター5F大和市障がい福祉課 ☎ 046-260-5665

厚木保険福祉事務所 大和センター ☎ 046-261-2948

❁ 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。