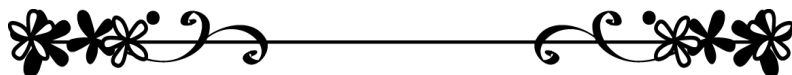


ピアサポート連絡会 便り

令和7年1月号



こんにちは、ピアスタッフの石川です。年末年始はいかがだったでしょうか？私はクリスマススイフに大手術をして、14日間も入院しておりました。入院中、タバコを吸えない状態の中、並はずれた精神力で耐えることができました。「あと何日で喫煙できる…」とノートに書きながら、自分を励まして過ごしておりました。

さて、12月の連絡会では、17名参加していただきありがとうございます。初参加の方も2名いらして、1人の静岡中部からみえられた方は、すぐに話の合う方を見つけ意気投合して(マッチング・ピア)、やっぱりピアの交流ってすごいなと感じました。

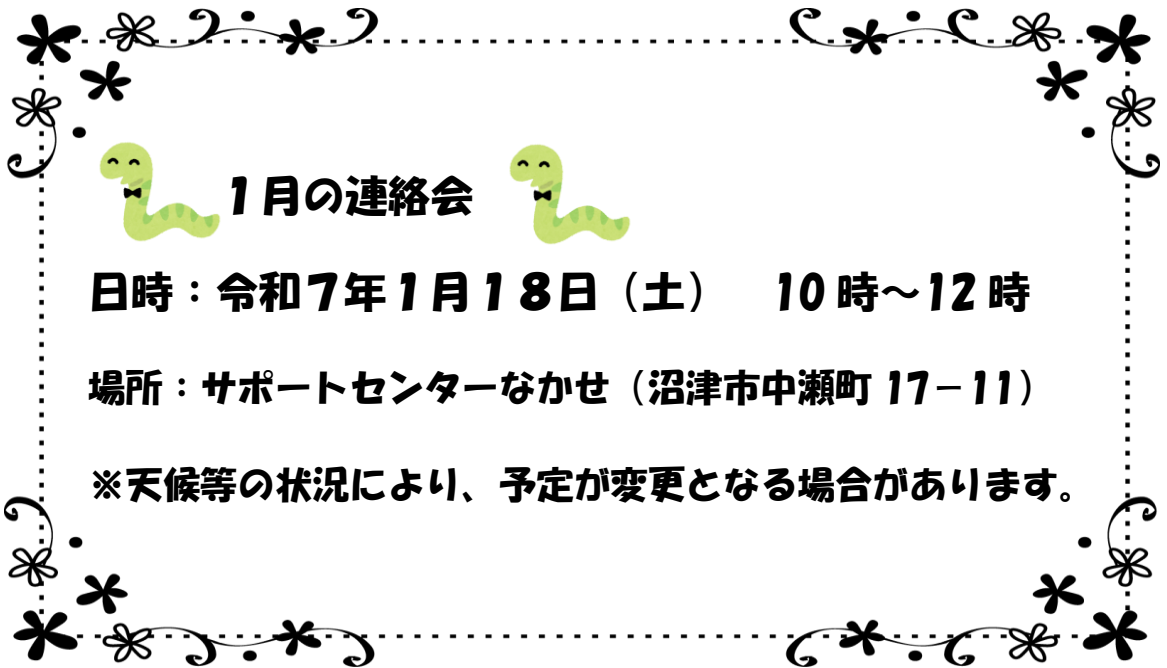
私の参加したグループでは、人生って意外と短いのではという話になり、今、やりたいこと、やれることを一生懸命やらないとね、というモードになりました。

また、うつを乗り越える方法についても話題に出て、何か無心になれるような打ち込めるものがあるといいという話になり、手先を使うことで夢中になれるという方や、UFOを呼ぶのに集中すると無心になれるという個性的な人もいました。

1月のピアサポート連絡会では、連絡会の存在についての再確認のため、「初めて連絡会に来た時の気持ち」、「そして今も来ている理由」などについて話し合うことになりました。もちろん、1月に初めて来られた方は、今日何で来たのかを話してもらえば構いません。皆さん、宜しくお願いします。

1月は、来る時も寒いと思いますが、連絡会に参加して心を温め合い、少しばかり元気になりませんか？





 **1月の連絡会** 

日時：令和7年1月18日（土） 10時～12時

場所：サポートセンターなかせ（沼津市中瀬町17-11）

※天候等の状況により、予定が変更となる場合があります。

ピアサポート連絡会について

- 各自感染症対策（体調によって出欠席の判断、マスクの着用等）へのご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。
- 午後は「ぽれぽれスペース」を開催予定です。主催者の石川がお待ちしております。参加希望の方は、13時にお集まり下さい。

ピアサポート連絡会事務局

<連絡先>

サポートセンターなかせ（鈴木、石川、山崎、山下）

（電話）055-935-5680

（FAX）055-935-6150

（メール）cent-nakase@fukkou-kai.jp

***なかせの場所が分からない方は**

上記連絡先にお問い合わせ下さい

