

第12回

ほほえみの風イベント
2022

日時：11月13日（日曜日）

13時00分～15時30分

場所：松江市総合福祉センター 松江市千鳥町70
4階大ホール

【定員100名】無料、どなたでも参加自由

お問い合わせ

島根県精神保健ボランティア連絡協議会
会長 080-5612-1570（さかもと）

プログラム

1. 心結：当事者によるピアノとフルートの演奏
2. 沢 悠佳：民謡・三味線の演奏
3. 泉 輝実 講演 演題：「ヘルプマークと発達凸凹な私」
4. 島根県立大学看護栄養学部看護学科/大学院看護学研究科 教授・研究科長 吾郷美奈恵 講演 演題：「コロナ禍においても五感で食を楽しむ」

【心結】 当事者によるピアノとフルートの女性2人のユニットです。心結の意味は、私達と演奏を聴いて頂ける方との心と心を結ぶ音楽を目指しています！



【吾郷 美奈恵】 島根県立大学看護栄養学部看護学科/大学院看護学研究科 教授・研究科長。専門は公衆衛生看護学（保健師教育を担当）

鳥取県大山町出身、1993年から出雲在住。特技は“退屈しないこと”と“失敗しない料理”。努力していることは、お頭付きの鮮魚を毎月届けてもらい、食卓を飾ること（その日の水揚げ次第で、何が届いたのかボックスを開けるまで分かりません）。趣味は“ヒューマンウォッチング”で、人をボーと見て、勝手に思い描いて、俳句を詠むこと。若い頃は、ホトトギスに2句入選したこともありましたが、最近はなかなか投句に至りません。



【沢 悠佳】

秋田県出身。幼い頃より民謡・三味線を習う。20年前、結婚を期に島根へ移住。

現在、子育てをしながら民謡活動を楽しんでおります。県内さまざまなイベントにて出演中。趣味は、ドライブしながら各地の美味しいグルメを楽しむことです☆



【泉 輝実】

松江市内在住。仕事でのトラブルや家庭生活で生きづらさを感じたことをきっかけに自身の発達障がい

に気付いたことで「世の中の生きづらさを感じている人達がそういった気持ちを感じなくても済むようにしたい」との思いから、ヘルプマークの啓発活動を始めた。支援が必要な

方と世の中の理解の架け橋となるこのマークが正しく認知され普及していくよう活動している。福祉法人で当事者に向けてマークの活用を勧める講演や、支援者や福祉を学ぶ大学生、青少年赤十字加盟校のボランティア活動に興味がある高校生に向けて、「ヘルプマークを付けている人が困ってそうだったら、ためらわずに「どうかさされましたか？」と声掛けてほしい」と当事者の立場から支援を求める講演を行っている。

～新型コロナ感染防止のため、発熱、および体調の悪い方は参加を控えていただくようお願いします～

主催：島根県精神保健ボランティア連絡協議会・島根県

共催：松江ほほえみの会（松江圏域）つくしの会（雲南圏域）

さくらんぼの会（隠岐の島町）こもれび（益田圏域）

後援：島根県精神当事者連絡会

ほほえみの風イベントとは

「ほほえみの風イベント」とは精神障がいに対する正しい理解と地域で生活する精神障がい者への理解を深めるために行われているイベントです。今回で12回目を迎えます。精神障がい者と精神保健ボランティアによって企画運営が行われ、毎年県内各地域を会場に行われています。地域の精神障がい者、ボランティア、精神障がい者の家族、地域の福祉施設のスタッフ、地域住民が集い、コンサートや講演、精神障がい者による発表などを通して、精神障がいについて理解を深め、共に生きることの大切さを体験する場です。一緒にお茶を飲み、話し合い、知り合いになり、友達になることが大切です。このことがイベントの目的です。どうぞ、お気軽にお越しください。

島根県精神保健ボランティア連絡協議会とは

島根県内には、松江、雲南、隠岐、邑南、浜田、益田などにボランティア団体があり、そのボランティア組織の繋がりを強化し、精神障がいの正しい理解を深める活動の輪を広げるため、2004年度に全県組織として結成された団体が島根県精神保健ボランティア連絡協議会です。ほほえみの風イベントの他、講演会や交流会、行政機関への要請などを行っています。

島根県精神当事者連絡会とは

島根県内の精神障がい者が、孤立することを防ぎ、交流を深め、お互いに支え合い、自立を促すことを目的に結成された団体です。ほほえみの風イベントの他に、講演会や交流会、会報の発行を通して、相互理解を深め、共に支え合っています。

うつ病、統合失調症などのこころの病気は、誰もがかかる可能性のあるものです。幻覚や妄想、不安やイライラ感、ゆううつ、不眠などの症状は、薬の服用や環境が安定することでよくなります。

一方で、「自発性がない」、「集中力や持続性がない」「人づき合いに緊張しすぎる」などの症状が見られることがあり、周囲から意思が弱い、怠けているように見えるなどの誤解を受けることがあります。

病気による症状や障がいの特性、偏見などから、閉鎖的な生活を送っている方が少なくありません。どうしたらみんなが気持ちよく生活できるか一緒に考えてみませんか。



精神障がいについて、みなさん知っていますか

「ほほえみの風」イベントは、島根県の精神障がい当事者とボランティアによって行われる精神障がいについて理解を求めるイベントです。

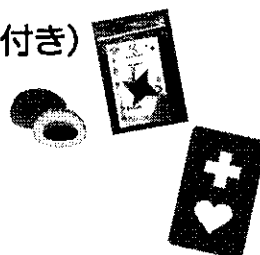
販売・レジンアクセサリ（手裏剣ハート付き）

・パン（四ッ葉園パン工場）

展示・「心のフレイル予防」

・「ストレスと上手に付き合う秘訣」

・「ヘルプマーク展示」



参加者の方へお願い

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、次のことにご協力をお願いいたします。

- マスクの着用
- 手洗い・手指の消毒（会場に準備しております）
- 健康状態の確認（検温を実施し、体調不良の方は来館しないでください）
- 参加者名簿作成のため申込書に連絡先、住所の記載を必ずお願いいたします。