

研修名	やさしい精神保健福祉講座 ～1 から学ぶこころの病気と当事者からのメッセージ～（全2回）
開催日時	第1回 10月29日 精神保健福祉センター 精神科医 第2回 11月12日 ピアサポーター（精神障害のある当事者）1名
および	依存症の当事者 1名
講師	相談支援事業所あさの 精神保健福祉士 品川 真理 氏 時間はいずれも10:00～12:00
開催場所	北九州市総合保健福祉センター（アシスト21）5階 精神保健福祉センター
参加者数	延べ24名（第1回11名、第2回12名）
研修の内容等	<p>こころの病気や精神障害についての基礎的な知識や理解を深め、地域で生活する精神障害者のことを知り、こころの健康について考えるための市民向け講座を開催した。</p> <p>①「こころの病気について」、②「地域で暮らす～当事者からのメッセージ～」をテーマに、全2回実施した。</p> 
参加者の声	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ スライドをもとに解説を行っており、初めて精神保健に関する講座を受講するものにとってはわかりやすかった。入門編として取り掛りやすい講座でした。（1回目）</li> <li>・ 本人が感じていることなども理解できたので、周囲にそういう人がいたら寄り添えるようになりたいです。（1回目）</li> <li>・ 誰にでもなりうる可能性があることを知った。薬物療法が身近なものであると学んだ。（1回目）</li> <li>・ 今まででは書面でしか知らなかったピアサポートの現状が理解できた。当事者が関わることによって、良き理解者ができ、一人ではなく一緒に改善するという前向きなマインドに変わっていくと感じた。（2回目）</li> <li>・ ピアサポーターの活動を知ることができてよかった。当事者の話はとても良かった。まだ社会資源を活用していない人や苦しんでいる人は多くいると思うので、きっかけとしてつながっていただけたらいいなと思った。（2回目）</li> <li>・ 当事者の方のメッセージが聴けて良かったと思います。お二方のお話、心にしみました。（2回目）</li> </ul>