

9月

リハビリカレッジ 2019年度 秋学期 時間割

15	16	17	18 ① リハビリ入門 @協働センター	19	20	21
22	23	24	25 ⑤発達障害について @協働センター	26	27	28
29	30 ⑨アロマヨガ @協働センター					

10月

		1 ⑦ピアサポ養成入門 @ボランティアセンター	2 ②「はたらくこと」 を考える @協働センター	3	4 夜 18:00~ ⑧当事者研究 @協働センター	5
6	7	8 ⑦ピアサポ養成入門 @ボランティアセンター	9 ②「はたらくこと」 を考える @協働センター	10	11 ⑥さみしさの 当事者研究 @協働センター	12
13	14	15 ⑦ピアサポ養成入門 @ボランティアセンター	16 ⑧当事者研究 @福祉コアかみれん	17	18	19
20	21 ⑨アロマヨガ @協働センター	22	23 ⑧当事者研究 @福祉コアかみれん	24	25 ④障害年金編 @協働センター	26
27	28 ⑨アロマヨガ @協働センター	29 ⑦ピアサポ養成入門 @ボランティアセンター	30 ⑧当事者研究 @福祉コアかみれん	31		

11月

					1	2 午後 13:30~ ⑧当事者研究 @協働センター
3	4	5 ⑦ピアサポ養成入門 @ボランティアセンター	6 ⑧当事者研究 @福祉コアかみれん	7	8 ⑩みんなどう してる?(食事) @ネットワーク大学	9
10	11 ⑨アロマヨガ @協働センター	12 ⑦ピアサポ養成入門 @ボランティアセンター	13 ⑧当事者研究 @福祉コアかみれん	14	15 ⑩みんなどう してる?(運動) @ネットワーク大学	16
17	18 ⑨アロマヨガ @協働センター	19 ⑪三鷹の歴史探訪	20	21	22	23
24	25 ③IPS @協働センター	26	27 ⑧当事者研究 @福祉コアかみれん	28	29 ⑩みんなどう してる?(睡眠) @ネットワーク大学	30

12月

1	2 ⑨アロマヨガ @協働センター	3	4 ⑧当事者研究 @福祉コアかみれん	5	6	7
8	9 ⑨アロマヨガ	10	11	12	13	14

リカバリーカレッジ 受講申込書

日付 年 月 日

リカバリーカレッジへお申込みいただき、ありがとうございます。

当申込書は、リカバリーカレッジでの登録用に使用させていただきます。登録が完了致しましても、こちらからは特にご連絡は致しませんので、当日直接会場へお越しください。

フリガナ お名前		年齢	10代以下・20代・30代・ 40代・50代・60代・70代以上
連絡先電話番号 *1		性別	
e-mail/携帯 e-mail			

*1：休講の際に当日の連絡が可能な番号をご記入しください。

下記、当てはまる箇所に○をお付けください。

精神保健医療や福祉サービスの			その他
利用者・当事者	ご家族・ご友人	職員、実習生、その他	

ご希望の講座及び講座日を記入してください。

	講 座 名	講 座 日
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

リカバリーカレッジの本学期講座案内を何で知りましたか？（○をつけて下さい）

1. ホームページ 2. ポスター、チラシ（入手場所：)
3. 知人から 4. その他 ()

受講にあたり、配慮が必要な方はお申し出ください。：

ご記入ありがとうございました。当申込書は、下記 e-mail にて送付、Fax、郵送、またはご利用施設の職員の方へご提出下さい。

※希望者多数の場合は、定員の都合により参加いただけない場合があります。その際にご連絡させていただきますので、ご了承ください。

E-Mail アドレス: rc@sudachikai.eco.to

郵送先：〒181-0014 東京都三鷹市野崎 2-6-42 社会福祉法人 巣立ち会

TEL：0422-34-2761 FAX：0422-39-7781

リカバリーカレッジ担当者：小林

リカバリーカレッジ

年間講座予定

冬学期 (2020年1~3月)	春学期 (4~7月)
I. リカバリーへの道 (やりたいことのために)	
リカバリーに大切なアイテム探し WRAP(元気回復行動プラン) 意図的なピアサポート (IPS)	リカバリー入門 WRAP(元気回復行動プラン) 意図的なピアサポート (IPS)
II. セルフケアの方法を学ぼう (自分をいたわる、できることを増やす)	
当事者研究ミーティング ピアサポーター養成講座(上級編)	ピアサポーター養成講座(入門編) 当事者研究ミーティング リカバリーと読み物
III. こころとからだ	
のんびりアロマヨガ 元気に音楽を聴/効こう!(リカバリーと音楽) みんなどうしてる?	のんびりアロマヨガ



*追加、修正のある場合は別途ご案内致します。

お申込みはこちらまで

三鷹市ピアサポート事業 こころの元気回復市民講座

リカバリーカレッジ

連絡先:

社会福祉法人 巣立ち会 担当: 小林

〒181-0014 東京都三鷹市野崎 2-6-42

TEL 0422-34-2761 FAX0422-39-7781