

# 第16回 ふれあいトーク

## 第1部：一人じゃない、同じ苦しみの人がいる

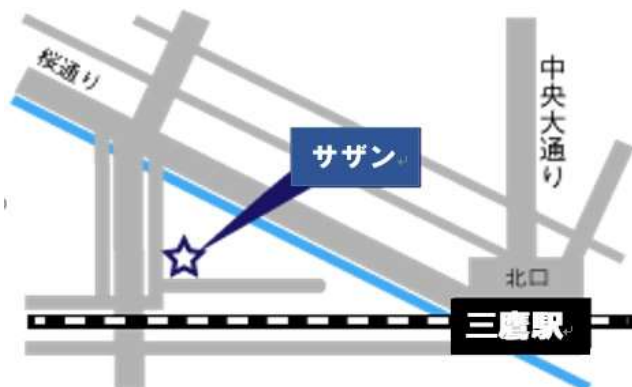
～ゆっくり休みながら、さあ、生きていこう～

- ①「清ちゃんスポーツ」をみんなで見よう！
- ② 希望を叶えるために（若者編）

## 第2部：シンポジウム「YOU つきあっちゃいなよ」

～出会い、あきらめていませんか？～

- ・令和3年12月3日（金）
- ・午後2時～4時（1時半開場）
- ・参加費：無料
- ・オンライン配信は事前申込、  
会場でのご参加は事前申込不要
- ・場所：サザン（三鷹駅北口徒歩3分）  
三鷹市上連雀1-1-3



～オンライン配信の事前お申込み（11/30 締切）はこちら～

<https://forms.gle/wY3XpTiThPZXvRKM7>



※ふれあいトークとは？：三鷹市提供の市民講座「リカバリーカレッジ」での学びを発信するイベントです。他人事ではない、メンタルヘルスに関わる人生の様々な課題を、一緒に考えていきましょう。メンタルヘルスに興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

主催：三鷹市（三鷹市精神障がい者地域自立支援事業）  
企画・運営：社会福祉法人巣立ち会&第16回ふれあいトーク実行委員会  
問い合わせ：社会福祉法人巣立ち会:大平 Tel: 0422-56-8261 rc@sudachikai.eco.to