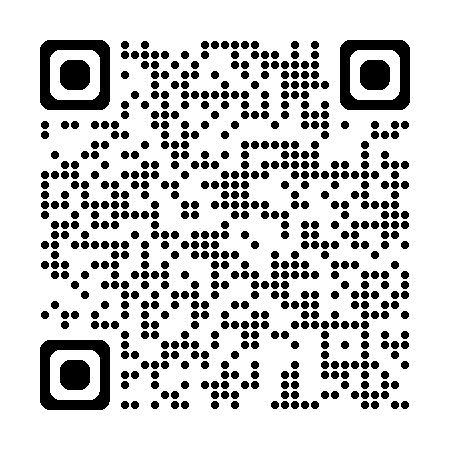
|  |
| --- |
| **自立生活センターリングリング主催**  部屋の中で椅子に座って、向き合って話をしている二人の人 |
| 精神障害者の  嬉しそうに泣いている女の人のイラスト まんぐちっく  ピアカウンセリング講座 |
| ピアカウンセリング（ピアカン）は障害を持っている人同士の助け合いです。お互いの違いを認め合い、安心した空間をつくって話を聞きあいます。しっかり気持ちを聞いてくれる人がいて、自分の感情を開放すれば、自分が本来持っていた力を取り戻すことが出来ます（エンパワメント）。ピアカンは治療ではありません。特性、性差別、ストレス社会など様々な抑圧で生きづらいあなたが、ありのままの自分を認め好きになり、サポートをもらいながら自分だけの創造的な自立生活を目指します。 |
| 日時：2025年5月3日、10日、17日、24日、31日（毎土曜日全5回）  　　　13時～16時45分（毎回）  場所：兵庫区文化センター（JR兵庫駅北すぐ）  対象：精神障害を持っている人（手帳の有無は問いません）でピアカウンセリングに興味のある人、全日程参加できる人、生きづらさを感じている人  車いすに乗っている体操服の女の子。頭に鉢巻をしているイラスト。柴犬のような姿で、頭と背中が茶色、顔の鼻から下とおなかが白い犬。後ろ足2本はなく、補装具で後ろ足に車輪を付けている。かわいいイラスト。  参加費：３０００円（参加決定後に指定の口座をお知らせします）  参加人数：８名（申込者多数の場合は選考になります）  締切：２０２５年４月２０日　その後に参加決定のご案内を差し上げます  申込み：裏面のURLまたはQRコードから申し込みください。  （うまくいかない場合メールで裏面の必要事項を記入の上お申し込みください）  落書きふうのおじいさんの画像    リーダー：　　　　さとる、　バッシー、　けんちゃん |

お申込みは右記QRコード、もしくは下記URLから





<https://forms.gle/MwWcF4HfzQExcxV67>

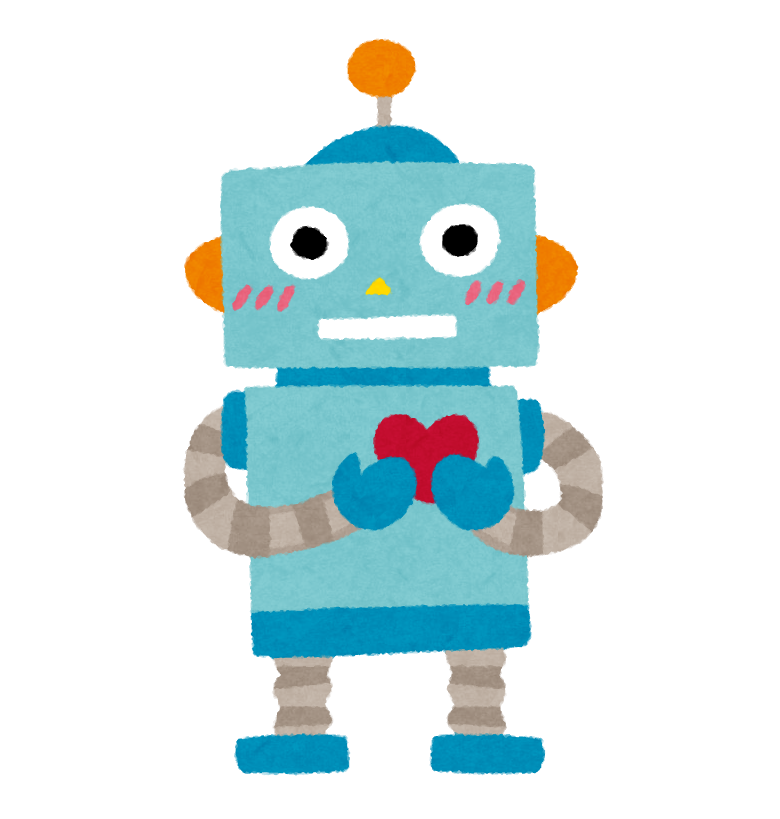
お問い合わせ：　担当　石井

自立生活センターリングリング



電話・FAX　０７８―５７８―７３５８

メール：ring-ring-kobe@extra.ocn.ne.jp  
ホームページ： <http://www.ringring.bz/>

時計 が含まれている画像

自動的に生成された説明

●会場：　兵庫区文化センター　TEL：078-576-0981 / FAX：078-578-1307

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| お名前 |  | | | 年齢 |  |
| 住所 | 〒 | | | | |
| 電話 |  | FAX |  | | |
| メールアドレス |  | | | | |
| ピアカンの経験 | あり　（いつごろ　団体名：　　　　　　　　　　　　　　　）　　なし | | | | |
| 障害名（何級） |  | | | | |
| 障害やその他のことで主催者に伝えておきたいこと、配慮してほしいことなど |  | | | | |

JR/兵庫駅北側１（横断歩道橋をご利用ください）  
神戸高速鉄道/大開駅南へ徒歩５分  
市営地下鉄/上沢駅南へ徒歩１０分市バス/4・8・9の各系統「兵庫駅前」下車

お申込みフォームが難しい方は以下を記入の上、FAX、メールでお願いします👇