

令和 7 年度 セルフヘルプ実践セミナー

セルフヘルプ・グループに学ぶ 対話が持つ力

セルフヘルプ・グループは、疾病や障害、依存症、精神障害、犯罪被害や遺族など、様々な生きづらさ、共通の課題を感じる方々が自主的につながり、共感の中で悩みを打ち明けたり、課題解決のために経験や情報を分かち合ったり、相談活動や社会に理解を広める活動を行うグループです。

悩みを抱えつつも差別や偏見を恐れて口にさえできなかった人たちにとって、言葉にできない感覚を理解し、励ましてくれる仲間と出会い“話す”ことは、生きる力へとつながっていきます。

本セミナーでは、登壇グループのメッセージからこれまでの経験や回復の軌跡を辿り、様々な生きづらさへの理解を広げるとともに、セルフヘルプ・グループの持つ力を学ぶことを目的に開催します。



日 時： 令和 7 年 11 月 17 日 (月) 13:30～16:30

(受付は 13:00～)

開催方法：会場とオンラインのハイブリッド形式

定 員：会場参加 70 名、オンライン参加 100 名程度(先着順)

会 場：かながわ県民センター 2階 ホール(横浜市神奈川区鶴屋町 2-24-2)

*横浜駅きた西口より徒歩 5 分

参 加 費：無料

参加対象：セルフヘルプ・グループについて知りたい方・興味のある方、
対人援助技術を学ぶ学生など



申込方法は裏面をご覧ください

【プログラム】

- 🍀 はじめに(趣旨説明、セルフヘルプ・グループについて)
- 🍀 セルフヘルプ・グループからのメッセージ
 - (公社) 認知症の人と家族の会 神奈川県支部(認知症の本人と家族の会)
 - クローバー(統合失調症当事者会)
 - そよ風の向こうに～(自死遺族の語り合いの場)
- 🍀 シンポジウム・ディスカッション
- 🍀 登録セルフヘルプ・グループの1分紹介
- 🍀 まとめ(本セミナーを通しての学び、セルフヘルプ・グループが持つ力について)

講師・コーディネーター：堀越由紀子氏(星槎大学共生科学部専任教授)・臼井正樹氏(神奈川県立保健福祉大学名誉教授)

《事務局/お問い合わせ先》(福)神奈川県社会福祉協議会 地域課(かながわボランティアセンター)

TEL 045-312-4813 / FAX 045-312-6307 / E-mail kvc@knsyk.jp

【申込方法】

令和7年11月7日（金）までに、

右記二次元コードまたは URL より Google フォームにてお申し込みください。

<https://forms.gle/iaeEmcur9jmubUtR9>



＊フォームの使用が難しい場合は、下記の設問事項をメール（kvc@knsyk.jp）にてお知らせください。

【設問1】参加者氏名（ニックネーム・イニシャル可）

【設問2】所属（本設問の回答は任意です）

【設問3】連絡先（電話番号とメールアドレス）

【設問4】参加方法（会場とオンラインのどちらかお知らせください）

【設問5】登壇者・グループへの質問など

【設問6】本セミナーを知ったきっかけ

※フォーム、メールいずれの使用も難しい場合は、電話（045-312-4813）にてお問合せください。

- ・ Zoom に参加するための URL、ID、パスワード等はお申し込みいただいたメールアドレスに令和7年11月13日（木）までに送付させていただきます。期日までに届かない場合はご連絡ください。なお、入力いただいた個人情報は、本セミナーに関するご連絡・情報提供以外には利用いたしません。
- ・ 台風や自然災害時等の状況により、開催方法を変更する場合については、かながわボランティアセンターホームページを通じてお知らせいたします。

【登壇グループのご紹介】

グループ名	概要
(公社)認知症の人と家族の会 神奈川県支部	昭和 56 年に発足し、平成 22 年より、かながわボランティアセンター相談室を活動拠点として利用しています。認知症のご本人の今できる事をサポートし、介護家族の今に寄り添い、社会に向けて認知症の周知啓発活動を行っています。
クローバー	平成 29 年に統合失調症の当事者の会を設立し、翌年から、かながわボランティアセンター相談室にて継続的に活動を行っています。ひとりひとりの存在を尊重し合い、支え合い、安心を感じられる居場所作りを目指しています。
そよ風の向こうに～	横浜市自死遺族の集い「そよ風」に参加していましたが、平成 25 年に自死遺族の語り合いの場を立ち上げ、以降、かながわボランティアセンター相談室での活動を続けています。お互いの悼みを尊重し、自己の体験を語り合う空間を共有すべく研鑽しています。

- ・ 化学物質過敏症の方等への配慮のため、セミナー当日、香水、柔軟剤、タバコ等、においの強いものはお控えください。万が一使用されていた際には、後ろの席にお座りいただく等、ご協力をお願いする場合があります。
- ・ 当日、セミナー内容の記録（メモ）をする際は、個人情報に配慮していただきますようお願いいたします。



～(福)神奈川県社会福祉協議会はセルフヘルプ・グループの活動を支援しています～

かながわボランティアセンターホームページのトップページにある「セルフヘルプ活動」のコンテンツ「セルフヘルプ・グループのご紹介」をクリックすると、当センターで活動するグループの一覧が表示されます。

その他、本会の取組も掲載されています。URL⇒ https://knvc.jp/self_help/self_help_03/

