

平成 30 年度

青年期グループのご案内



精神保健福祉センターでは、職場や学校などでの人との関わりといった社会的な活動の機会が少ない青年たちに対して、同世代の仲間とのグループ活動の場を設けています。

青年たちの社会参加のきっかけ作りをお手伝いできればと思います。

ぜひ一度ご相談ください。



- ◆参加対象の方：おおむね 19 歳から 39 歳ぐらいまでの青年。
(19 歳未満、及び 39 歳以上の方はお問い合わせください)
事前に精神保健福祉センターのスタッフと面談を行い、参加の可否を決定させていただきます。
- ◆開催日時：原則 毎月第 2・第 4 水曜日 (別紙予定表をご確認ください)
午後 2 時 30 分から午後 4 時 30 分まで
- ◆内 容：レクリエーション、スポーツ、ソーシャルスキルトレーニング(SST)、話し合い、など
※毎回参加者の希望や、スタッフからの提案で活動を決めます。
- ◆場 所：長野市若里 7-1-7 長野県精神保健福祉センター研修室等
(長野県社会福祉総合センター 2 階)

◇お問い合わせ先◇

長野県精神保健福祉センター ひきこもり支援センター担当者まで
電話：026-227-1810 (平日 8:30~17:15)

* 秘密は厳守いたします。

2018年度（平成30年度）活動予定表



月	日	
4	11日（水）	25日（水）
5	9日（水）	23日（水）
6	13日（水）	27日（水）
7	11日（水）	25日（水）
8	8日（水）	22日（水）
9	12日（水）	26日（水）
10	10日（水）	24日（水）
11	14日（水）	28日（水）
12	12日（水）	26日（水）
1	9日（水）	23日（水）
2	13日（水）	27日（水）
3	13日（水）	27日（水）

【参加者の声】

- ・会話の練習になります。
- ・SSTでは心をゆっくりに考えられました。
- ・社会に出るきっかけになりました。
- ・外出活動は緊張しても楽しかったです。
- ・初めて参加した時も入りやすかったです。

