

支えるわたしにも、支えがあっていい。

精神に障害がある人の 配偶者パートナー会 in札幌



家族学習会のご案内 【全5回】

配偶者やパートナーが、こころや身体の不調、
さまざまな困難を抱えたとき、
支える側には、誰にも話にくい思いや迷いが
生まれることがあります。

そばで支える日々の中で、胸の内にしまってきた思いを
安心して語り合える場として、令和8年6月に
札幌の街に新しい自助グループを立ち上げました。

この度、当会では、家族学習会を開催します。
同じ立場の仲間と病気や回復について学びながら、
経験や悩み葛藤を安心して語り合える“つながり”が生まれ
る場となりますように。

会場

エールアライブ 2階
札幌市東区北8条東1丁目3-7大一ビル2階
※JR札幌駅より徒歩約10分

参加費

4,320円

- ・会場、お茶菓子、テキスト代（1,320円）込み
- ・当日会場でお支払いいただきます。

参加方法

下記の主催・お問合せ先へ、お電話かメールにて
「家族学習会参加希望」とお伝えください。

対象

- ・配偶者やパートナーが精神疾患や障害などの困難
を抱えている方で、全5回通しての参加が可能な方。
- ・参加にあたってご不安のある方は事前にご相談い
ただけます。

後援

一般社団法人 北海道精神障害者家族連合会
特定非営利活動法人 札幌市精神障害者家族連合会

9.22

月

第1回 9:30~12:30

オリエンテーション
テキスト第1章
「統合失調症を知りましょうはじめての一步」

第2回 13:30~16:30

テキスト第2章
「統合失調症の経過・状態とその他の対処」

9.23

火

第3回 9:30~12:30

テキスト第3章
「統合失調症の治療と支援」

第4回 13:30~16:30

テキスト第4章
「住みたい街で暮らし続けるために」

10.12

月

第5回 13:30~16:30

テキスト第5章
「ご家族自身が元気を保つために」

※終了後、懇親会を予定しています。

令和8年度 定例会（後期）

11/21(土) 14:00-16:00

12/19(土) 14:00-16:00

会場：イートアライブ
札幌市東区北8条東1丁目3-15-104



(株)エールアライブの
公式Instagramで
開催スケジュールなどを
お知らせします。

お問い合わせ・お申し込み

主催：株式会社エールアライブ 相談室やっほー内
「精神に障害がある人の配偶者パートナー会 in札幌」世話人

TEL: 011-211-6753
mail: partner.selfhelp.sapporo@gmail.com