

令和7年

3/1 土

11:00~15:00

四日市地域総合会館  
あさけプラザ  
大ホール・展示会議室

入場無料・申込不要

令和6年度

こころの健康・福祉のフェスティバル

# 頑張らない、けど諦めない 私らしく自分らしく

こにゅうどうくんも  
やってくるよ!!

精神障害がある人もない人も住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるよう、  
精神障害がある当事者の方々とふれあいを通じたイベントを開催します!

わが国の精神障害者数は614万8,000人(令和6年度版 障害者白書より)とされています。

日本の人口が約1億2,000万人なので20人に1人の割合となり、精神疾患は  
特別な方がかかる病気ではなく、誰もがかかりうる病気と言えるでしょう。

精神障害がある人もない人も、住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるよう、

「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築に向けた取り組みが始まっています。

この取り組みを進めていくためには、地域の皆様のご理解とご協力が不可欠です。

この「こころの健康・福祉のフェスティバル」を通して、精神障害に対する理解が広がっていくことを  
切に願っています。より多くの皆様のご参加をお待ちしております。



四日市市マスコットキャラクターこにゅうどうくん

## 内 容

わかば共同作業所による演劇  
「さるかに合戦」



四日市看護医療大学の協力による  
ストレスチェックコーナー

当事者の体験発表

こころの病気を伝える  
書籍展示

講演「頑張らないいきかた」

講師:大谷洋一先生(総合心療センターひなが・公認心理師)

いつも頑張っている猫はいないのに、いつも頑張っている人間なら  
たくさんいます。頑張るってなんだろう。心理学の視点から無理の  
ないいきかたについて考えてみます。

精神保健福祉情報コーナー

心コロコロ縁日(ゲームなど)

こころのマルシェ(飲食物の販売あり)

しあわせの木(みんなのストレス対処法を知ろう)など

あさけプラザ運営協議会主催 ふれあい福祉作品展バザー同時開催

※要約筆記、手話通訳あります

問い合わせ先

障害者相談支援センターソシオ  
(担当:中島・高井)

TEL.059-345-9016 FAX.059-346-4643

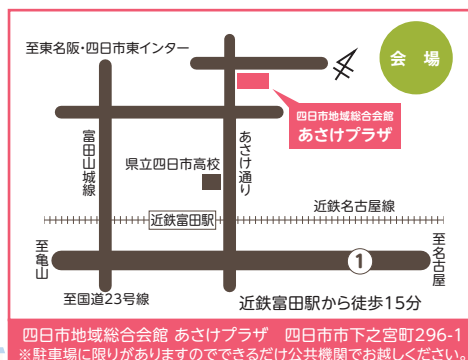
E-mail: socio@hinaga.or.jp

主催

四日市障害保健福祉圏域自立支援協議会  
こころのバリアフリー推進部会(事務局:障害者相談支援センターソシオ)

四日市障害保健福祉圏域自立支援協議会こころのバリアフリー推進部会は下記機関で構成されています

三重県北勢福祉事務所/四日市市障害福祉課/四日市市保健所/孤野町健康福祉課/  
川越町福祉課/朝日町保険福祉課/社会医療法人 居仁会 総合心療センターひなが・障害者相談支援センターソシオ/  
医療法人 安仁会 水沢病院/社会福祉法人 四季の里 障害者相談支援センターHANA/  
合同会社 Co-Lab 相談事業所コラボ/社会福祉法人 鐘和 フェア・ワークス下野/  
特定非営利活動法人わかば わかば共同作業所/居宅介護事業所 織りがみ・南ステーション/  
四日市市精神保健福祉会/四日市地域家族会 ほうれん草の会



四日市地域総合会館 あさけプラザ 四日市市下之宮町296-1  
※駐車場に限りがありますのでできるだけ公共機関でお越しください。