

平成26年度 **こころのステップ**（こころの応援団勉強会）
毎月第3水曜日 午前9時より開催

こころのステップは、堅苦しい勉強会ではなく、気軽に参加できるような集まりとし、初心に返ってお互いの顔が見え、自由に語り合える場でありたいと思っています。

目標：楽しみながら、知識を深め、スキルアップする

	日 程	内 容	講 師
4月	4月16日	ボランティアとして相手に寄り添う姿勢とは	
5月	5月21日	うつっぽいこととうつ病との違い	
6月	6月18日	死にたい気持ちを理解する	
7月	7月16日	コーチング あなたも私も元気になろう NO.5	阿部みどりさん
8月	8月20日	あおぞら作業所施設長を担って	上石由樹さん
9月	9月17日	心の病気の経験談（当事者の話し）	あおぞら作業所
10月	10月15日	ロールプレイで体験する寄り添う心	
11月	11月19日	障害手帳と障害年金のお話し	未定
12月	12月17日	日頃より疑問に感じていること and フリートーク	
1月	1月21日	依存症について	
2月	2月18日	コーチング あなたも私も元気になろう NO.6	阿部みどりさん
3月			

講師の都合によっては日程・内容が変更になることもあります