



精神障がい者当事者会 ～ 北信みんなネット ～ ご案内

今年度も「北信みんなネット」を開催します。
仲間と交流して、共に楽しむ機会になるよう、実行委員会で準備をしてきました。
多くの皆様のご参加を、お待ちしております。

参加を希望される方は、9月20日（金）までに各市町村保健師、各所属職員あてに
連絡をしてください。

1 日 時 令和元年 10月4日（金）13時から16時まで
（受付、展示販売が、13時から13時30分まで）

♪ 作品の展示販売♪
♪ 施設紹介♪

2 場 所 長野県飯山庁舎（メイン会場 3階 大会議室）
TEL：0269-62-6104（直通）

3 内 容
開会式 13時30分



会場移動・休憩

分科会 14時00分～15時00分

♪ 音楽に合わせて身体を動かそう♪
*動きやすい服装でご参加下さい。

○運動交流会 講師：健康運動指導士 佐藤 由姫 氏

○調理交流会 講師：北信保健福祉事務所
管理栄養士 小林 晶子 氏

○当事者交流会 講話及び助言：北信総合病院
精神科医師 高橋 翔 氏

♪ 野菜を使った料理♪

- ・パングラタン
- ・野菜のピクルス

*エプロン、三角巾、材料費
（¥100～200円を予定）をご持参下さい。

会場移動・休憩

全体会・閉会式 15時15分～15時45分

♪ 病気への理解を
深めよう♪
聞きたいけどなかなか聞けないコト…ありませんか！？
この機会に聞いて、話してみよう。

4 参集者 当事者、支援施設職員、精神科医療機関関係者、市町村関係者等

5 その他 水分補給のための飲み物、名札（自由）をご準備ください。

*名札は当日、会場でも準備ができます。





精神障がい者当事者会～北信みんなネット～出席申し込み

令和元年 月 日

北信保健福祉事務所長 あて
 (担当：健康づくり支援課 伊藤)
 FAX：0269-62-6036

所属名 _____

このことについて、出席者は下記のとおりです。

	氏名	所属等	分科会の希望	備考
1		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	
2		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	
3		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	
4		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	
5		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	
6		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	
7		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	
8		・当事者 ・家族 ・支援者 ()	1 運動 2 調理 3 当事者	

注 所属等の欄の支援者に○を記入された方は()に職種の記入をお願いします。



提出期限 9月24日(火)まで