



トラウマについて知ろう

学習会 & グループ相談会

2019年11月にフォロで開催しました講演会「生きづらさと共に」の講師、望来のりこさんをお招きし、トラウマについての学習会と、グループ相談会を開きます。学習会では、トラウマとはいったい何なのか、さまざまな「生きづらさ」とどう関係しているのかについて、お話いただきます。相談会では、症状等の説明については個人差があるのでお答えいただくことはできませんが、ご家族の方からみた当事者の方の生きづらさについて、いっしょに考えていただけます。その他、外出困難、対人恐怖、心の葛藤、ご家族の不安など、ご相談のある方はご参加ください。



講師プロフィール

望来のりこ（もちらい・のりこ）

精神保健福祉士・社会福祉士

両親間のDV、虐待、いじめにより、中学1年生のときにパニック発作を発症。以来、自宅にひきこもる生活が続け、パニック障害、摂食障害、アルコール依存症などに苦しみ、希死念慮を抱くなか、精神科病院の入退院を2回繰り返す。ある医師との出会いから「症状は生き延びるためにある」と学び、それを機に治療と並行して自分自身の生きづらさについて学び始める。自己理解を深めるなか、症状が軽減し30代で通信制高校入学、卒業。これまでの苦しんだ経験と学びを生かそうとの思いから、通信制大学に入学、精神保健福祉士・社会福祉士の国家資格を取得。現在、大阪市内の精神科クリニック、電話相談の相談員に従事しながら、講演活動を行なっている。

◎学習会「トラウマについて知ろう」

日時 2月21日（日）13時30分～16時30分

講師 望来のりこさん

参加費 800円

（フォロ支援会員・NPO会員・保護者会員は300円割引）

定員 15名（当事者、家族を対象とします）

◎グループ相談会

日時 3月7日（日）13時30分～15時30分

ファシリテーター 望来のりこさん

相談料 2000円

定員 5名（学習会受講者優先、家族の立場の方を対象とします）

申込 メール:info@foro.jpかTel:090-4277-9770にて。

先着順。受付は、平日の月・火・木・金の14時～22時

会場 フォロ（学習会、グループ相談会とも）

〒540-0036 大阪市中央区船越町1-5-1

主催 NPO法人フォロ



※参加される方は以下の感染拡大防止の対策にご協力よろしくお願いします。

- ①来られる前に検温してください。発熱、風邪症状、倦怠感など体調にご不安のある方はご参加いただけません。
- ②フォロに来られましたら、チェックシートに体温、風邪症状、倦怠感のあるなし、身近に体調の良くない方がいるかどうか（もしおられても参加はできます）、入退室時間、感染者が出た場合の連絡方法をご記入ください。
- ③入室の際に手のアルコール消毒か石鹸での手洗いをお願いします。
- ④人との距離をできるだけあけ、室内ではマスクの着用をお願いします。
- ⑤飲み物はご持参ください。
- ⑥もしご自身や身近な方で感染が分かった場合はご連絡ください。

