

ステップ通信

2月のプログラム 活動状況報告！！

●2/12(木) 自転車の乗り方どうなるの？

松山東署交通第一課の職員の方にステップへ来ていただき、2026年4月から導入される自転車の交通違反「青切符（交通反則通告制度）」についての説明を聞きました。

メンバーからの具体的な質問にも気軽に答えていただきました！



●2/19(木)カラオケ

初めて参加の方も久しぶりの方も、歌で交流ができました。ラストは合唱で盛り上がりました！

初めて参加したので緊張したけれど、古い曲や新しい曲がたくさん出てきて緊張がほぐれ楽しく参加できた。またカラオケの機会があれば参加したい。(7000系)



●2/24(火)ピアサポート相談～あなたのお悩みお聞かせください～

『ピアサポート相談』は同じような病気や障がいを持つ仲間でお悩みを話し合うグループワークです。あなたのお悩みにピア（仲間）がお答えします♥ 以下、参加されたメンバーの声です！

私がピアサポート相談に参加する理由は、日常生活の困りごとを周りに打ち明けたい、他者の意見を聞いて今の状況を少しでも改善したいという思いからです。当日は他の利用者の悩み事が取り上げられましたが、「自分だったらどうするだろう…」と、テーマに対して自分なりに真剣に考えて意見を出しました。ピア相談の魅力は他者視点で物事を考える訓練になって視野が広がることだと思いました。(KB)



喫茶ぴあからのお知らせ



●店内からお花見？！

桜のシーズンです！

喫茶ぴあ店内からちょうど見ることができて、毎年楽しい季節です。

ぜんざいを食べながら

窓越しのお花見はいかがですか？



なお、ご好評いただいておりますぜんざいがそろそろ終わりを告げそうです。

好きな方、今季まだ召し上がっていない方…お早めのご注文をお待ちしております！



新着！情報BOX!!

●第33回 精神保健福祉について理解を深める講座開催

『ひきこもり』について～今後の支援の在り方や医学的動向～

北海道から会場をライブで中継し、ひきこもり支援の第一人者である加藤隆弘先生（北海道大学

教授）にお話ししていただきました。

具体的な事例を交え、分かりやすく関り方を学ぶことができました。



また、メンバーさんが会場受付やステップ紹介コーナーの掲示物作成を行い、一緒に講座をつくりあげました。

ありがとうございました！

