

# 開校記念講演&シンポジウム

10月9日(日)13:30~16:00

リアルタイム・オンライン



## りかばりー・かれっじ炭都(TANTO)

- ・校長 まこっちゃん
- ・オンラインと福岡県田川市のハイブリッドで開講

か 互いの経験をかたりたい！

た 互いの経験をたのしみたい！

つ 互いの経験でつながりたい！

む 互いの経験をむ(夢)にしたい！

りー 互いの経験をいかしてりかばりーしたい！

ゆっくり  
いきたいね



かたつむりーなひとこのゆびとーまれっ♡

## テーマ 私にとってのリカバリーカレッジ

講演の講師

リカバリーカレッジSAGA 代表 ひろってい

シンポジスト

校長 まこっちゃん

運営スタッフ 津野さん

運営スタッフ みっちゃん

運営スタッフ ともさん

りかばりー・かれっじ炭都がいよいよ開校します！ 皆で2年近くミーティングを重ねて、やっとここまで来ました。多くの皆さんが私たちのリカバリーの学校に興味を持って下さり、集ってくださることを期待しています。詳しくはホームページをご覧ください。

りかばりー・かれっじ炭都 (TANTO)



## RC炭都 (TANTO)の11月からのプログラム

回	月	テーマ	説明
		開校式・オリエンテーション	
1	11	☆ここに皆どんな思いで来て来ていますか？	ようこそ！りかばりーかれっじ炭都(TANTO)へ。みなさんどんな思いをもってここにきて来ていますか？お互いの思いを共有してみませんか？
2	11	○あいうべ体操を体験してみませんか？ ☆リカバリーっていったい何？	自分にとってリカバリーってなんだろう？お互いの経験を共有してみませんか？
3	12	○オンラインお絵かきを皆で体験してみませんか？ ☆「する-される」関係から「共に学びあう」関係になるためには？	「支援する-支援される」関係からの脱却。リカバリーについて学びながら人と人との関係性について考えてみませんか？
4	1	○食べ物のごこと、食べるごことについて語り合いませんか？ ☆病いについての思いを共有してみませんか？	人は一生のうちに様々な病を経験します。精神の病を持つことはつらい経験でもありますが、経験したからこそ見えてくることもまたあるのではないのでしょうか。お互いの経験を共有しながら、自分らしい生活を取り戻す方法についても考えてみませんか？
5	2	○笑いヨガを体験してみませんか？ ☆薬のごことについて語り合いませんか？	みなさんは、もらった薬を飲んでいますか？私は何のために薬を飲むのか、なぜ飲みたくないのか、飲まないのか、薬を巡ってああでもないこうでもないと話合ってみませんか？
6	2	○わたしにとっての「元気に役立つ工具箱」を振り返ってみませんか？ ☆社会資源の活用についての思いを語り合いませんか？	みなさん、生活の中で活用できる社会資源をどれくらい知っていますか？知っているのと知らないのでは、ずいぶん違うと思います。公的な資源だけでなく、地域に身近にあるリカバリーに役立つ社会資源について、皆で情報を共有してみませんか？
7	3	○フォト・ボイスを使った思い出探しをしてみませんか？ ☆主治医との付き合い方のコツを共有してみませんか？ 卒業式	病いの経験をすると良い医療者に出会うこと、関係性を作ることの大切さを実感します。普段主治医とどのように皆さん付き合っていますか？

# 開校記念講演&シンポジウム

10月9日(日)13:30~16:00

リアルタイム・オンライン



## りかばりー・かれっじ炭都(TANTO)

- ・校長 まこっちゃん
- ・オンラインと福岡県田川市のハイブリッドで開講

か 互いの経験をかたりたい！

た 互いの経験をたのしみたい！

つ 互いの経験でつながりたい！

む 互いの経験をむ(夢)にしたい！

りー 互いの経験をいかしてりかばりーしたい！

ゆっくり  
いきたいね



かたつむりーなひとこのゆびとーまれっ♡

## テーマ 私にとってのリカバリーカレッジ

講演の講師

リカバリーカレッジSAGA 代表 ひろってい

シンポジスト

校長 まこっちゃん

運営スタッフ 津野さん

運営スタッフ みっちゃん

運営スタッフ ともさん

りかばりー・かれっじ炭都がいよいよ開校します！ 皆で2年近くミーティングを重ねて、やっとここまで来ました。多くの皆さんが私たちのリカバリーの学校に興味を持って下さり、集ってくださることを期待しています。詳しくはホームページを見てください。

りかばりー・かれっじ炭都 (TANTO)



## RC炭都 (TANTO)の11月からのプログラム

回	月	テーマ	説明
		開校式・オリエンテーション	
1	11	☆ここに皆どんな思いで来て来ていますか？	ようこそ！りかばりーかれっじ炭都(TANTO)へ。みなさんどんな思いをもってここにきて来ていますか？お互いの思いを共有してみませんか？
2	11	○あいうべ体操を体験してみませんか？ ☆リカバリーっていったい何？	自分にとってリカバリーってなんだろう？お互いの経験を共有してみませんか？
3	12	○オンラインお絵かきを皆で体験してみませんか？ ☆「する-される」関係から「共に学びあう」関係になるためには？	「支援する-支援される」関係からの脱却。リカバリーについて学びながら人と人との関係性について考えてみませんか？
4	1	○食べ物のこと、食べることについて語り合いませんか？ ☆病いについての思いを共有してみませんか？	人は一生のうちに様々な病を経験します。精神の病を持つことはつらい経験でもありますが、経験したからこそ見えてくることもまたあるのではないのでしょうか。お互いの経験を共有しながら、自分らしい生活を取り戻す方法についても考えてみませんか？
5	2	○笑いヨガを体験してみませんか？ ☆薬のことについて語り合いませんか？	みなさんは、もらった薬を飲んでいますか？私は何のために薬を飲むのか、なぜ飲みたくないのか、飲まないのか、薬を巡ってああでもないこうでもないと話合ってみませんか？
6	2	○わたしにとっての「元気に役立つ道具箱」を振り返ってみませんか？ ☆社会資源の活用についての思いを語り合いませんか？	みなさん、生活の中で活用できる社会資源をどれくらい知っていますか？知っているのと知らないのでは、ずいぶん違うと思います。公的な資源だけでなく、地域に身近にあるリカバリーに役立つ社会資源について、皆で情報を共有してみませんか？
7	3	○フォト・ボイスを使った思い出探しをしてみませんか？ ☆主治医との付き合い方のコツを共有してみませんか？ 卒業式	病いの経験をすると良い医療者に出会うこと、関係性を作ることの大切さを実感します。普段主治医とどのように皆さん付き合っていますか？

# 開校記念講演&シンポジウム

10月9日(日)13:30~16:00

リアルタイム・オンライン



## りかばりー・かれっじ炭都(TANTO)

- ・校長 まこっちゃん
- ・オンラインと福岡県田川市のハイブリッドで開講

か 互いの経験をかたりたい！

た 互いの経験をたのしみたい！

つ 互いの経験でつながりたい！

む 互いの経験をむ(夢)にしたい！

りー 互いの経験をいかしてりかばりーしたい！

ゆっくり  
いきたいね



かたつむりーなひとこのゆびとーまれっ♡

## テーマ 私にとってのりかばりーカレッジ

講演の講師

りかばりーカレッジSAGA 代表 ひろってい

シンポジスト

校長 まこっちゃん

運営スタッフ 津野さん

運営スタッフ みっちゃん

運営スタッフ ともさん

りかばりー・かれっじ炭都がいよいよ開校します！ 皆で2年近くミーティングを重ねて、やっとここまで来ました。多くの皆さんが私たちのりかばりーの学校に興味を持って下さり、集ってくださることを期待しています。詳しくはホームページをご覧ください。

りかばりー・かれっじ炭都 (TANTO)



## RC炭都 (TANTO)の11月からのプログラム

回	月	テーマ	説明
		開校式・オリエンテーション	
1	11	☆ここに皆どんな思いで来て来ていますか？	ようこそ！りかばりーかれっじ炭都(TANTO)へ。みなさんどんな思いをもってここにきて来ていますか？お互いの思いを共有してみませんか？
2	11	○あいうべ体操を体験してみませんか？ ☆リカバリーっていったい何？	自分にとってリカバリーってなんだろう？お互いの経験を共有してみませんか？
3	12	○オンラインお絵かきを皆で体験してみませんか？ ☆「する-される」関係から「共に学びあう」関係になるためには？	「支援する-支援される」関係からの脱却。リカバリーについて学びながら人と人との関係性について考えてみませんか？
4	1	○食べ物のこと、食べることについて語り合いませんか？ ☆病いについての思いを共有してみませんか？	人は一生のうちに様々な病を経験します。精神の病を持つことはつらい経験でもありますが、経験したからこそ見えてくることもまたあるのではないのでしょうか。お互いの経験を共有しながら、自分らしい生活を取り戻す方法についても考えてみませんか？
5	2	○笑いヨガを体験してみませんか？ ☆薬のことについて語り合いませんか？	みなさんは、もらった薬を飲んでいますか？私は何のために薬を飲むのか、なぜ飲みたくないのか、飲まないのか、薬を巡ってああでもないこうでもないと話合ってみませんか？
6	2	○わたしにとっての「元気に役立つ工具箱」を振り返ってみませんか？ ☆社会資源の活用についての思いを語り合いませんか？	みなさん、生活の中で活用できる社会資源をどれくらい知っていますか？知っているのと知らないのでは、ずいぶん違うと思います。公的な資源だけでなく、地域に身近にあるリカバリーに役立つ社会資源について、皆で情報を共有してみませんか？
7	3	○フォト・ボイスを使った思い出探しをしてみませんか？ ☆主治医との付き合い方のコツを共有してみませんか？ 卒業式	病いの経験をすると良い医療者に出会うこと、関係性を作ることの大切さを実感します。普段主治医とどのように皆さん付き合っていますか？