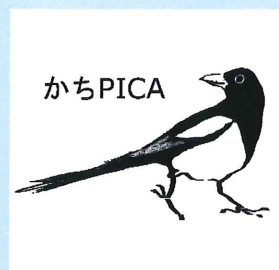


# かち PICA (かちぴか/PICAPICA はカササギの学名)

## 佐賀のメンタルヘルスケアユーザーの会



精神科等に通われている方同士で語る会です。

障がいのあるなしは問いません。

一時的に通っている方でも、ずっと通院されている方でも。

話題は特に決めません。会のおしらせ以外は自由に話しましょう。

日常の困っていることや良かったこと、趣味の話や恋愛のことも。

※お約束があります。

参加される方は、誰かの発言に対して強く批判することは避けてください。

お互いに安心してお話をしていくのが目的です。

ゆっくりと自分のペースでお話ししていく時間にしましょう。

かち PICA の語る会は 毎月 第 4 土曜日 14時から

対面開催の場合の場所は公共の施設の会議室等になります。

状況によりウェブ開催等もあります。

詳細はメール  でお問い合わせください。

[katipicasaga@gmail.com](mailto:katipicasaga@gmail.com)

URL <https://picapica-1.jimdosite.com/>

## かち PICA の活動内容(活動はすべて自由参加です)



### 語る会

月に一回、公共施設などを借りて、またはウェブ上で、精神医療利用者等で集まり、日ごろの悩みや思うこと、楽しかったことなど自由に語る時間です

※換気等、対策を行って開催します



### 体力づくり

体育館等公共施設を借りて軽い体操やストレッチや目標とする職業や趣味に必要な基本的な体力をつける時間です

※希望の方には簡単な格闘技的な練習も行います



### ボランティア活動

地域のNPOなど地域貢献の活動イベント等に参加して、社会的な貢献やほかの人との活動に慣れていくことを目的とします



### 就業訓練

希望者へ各種の練習や資格取得の学習を支援。クラウドソーシングサイトなどで実際に報酬がある仕事を行っていただく場合などもあります。

それぞれの体調やレベルに応じ、練習や実習をお手伝いします。

**※活動は基本的に無料です。**

就業支援等では行政や年金等の支援がない方を優先します。

※ 個人での支援となりますので、少人数で行い、公共施設などでの実施となります。

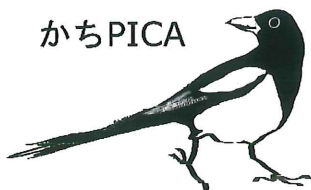
**かち PICA の語る会は 毎月 第 4 土曜日 14時から**

対面開催の場合の場所は公共の施設の会議室等になります。

状況によりウェブ開催等もあります。

詳細はメール  でお問い合わせください。

かちPICA



[katipicasaga@gmail.com](mailto:katipicasaga@gmail.com)

URL <https://picapica-1.jimdosite.com/>