

第5回 双極性障害の当事者研究

日時：令和7年7月19日（土）午後3時～午後5時

場所：東京都中央区内レンタルスペース

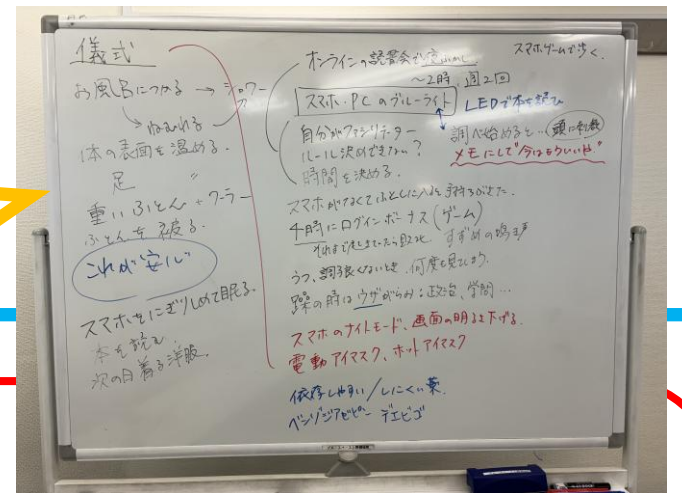
(申し込んでくださった方に会場をお伝えします。)

対象：双極症（双極性障害）当事者の方

定員：30名くらい

費用：無料

ホワイトボードを使って、話し合いをします



何をするの？

なかなか人には話せない、理解してもらえない双極性障害の苦労や困りごとを、同じ当事者同士で開示し合い、苦労や困りごとのメカニズムを分析（意見交換して整理）し、改善策を話し合います。

安全に参加いただくために、次のルールをもうけています

1. 他の人を非難しないでください。
2. この場で見聞きしたことは、この場を出たら話さないようにしてください。
3. 言いたくないことは言わなくていいです。



お申込み、お問合せは…

双極性障害の当事者研究会

企画者 ありりん

メール bipolar.toujishakenkyu@gmail.com

Facebook「双極性障害の当事者研究会」

毎回、初めての参加者もいらっしゃいますので、
安心してご参加ください。