

群馬県作業療法士会長 様

群馬県こころの健康センター
所 長 佐 藤 浩 司

第52回こころの県民講座の開催について

日頃より、本県の精神保健福祉行政の推進につきまして、御理解と御協力を賜り感謝申し上げます。

さて、当センターでは、毎年県民に対する精神保健福祉の知識の普及や意識啓発を図ることを目的として標記講座を開催しており、今年度につきましても、下記のとおりオンライン開催いたしますので御案内いたします。

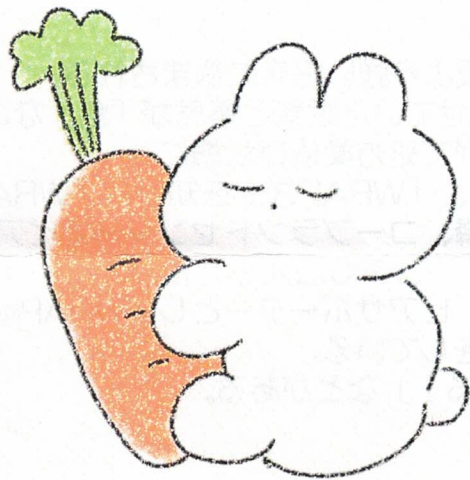
つきましては、多くの方に御参加いただきたく貴会会員への周知につきまして御協力いただきますようお願いいたします。

記

- 1 配信期間
令和7年3月1日（土）～3月31日（月）
- 2 開催方法
YouTube 群馬県公式チャンネル「tsulunos」によるオンライン開催
- 3 対象及び定員
一般県民等（どなたでも参加できます。） 定員はありません。
- 4 内容
演題 自分のトリセツを作ろう ―自分の機嫌は自分で取ろう！―
講師 増川 ねてる氏
- 5 申込方法及び申込先
チラシのQRコード又はこころの健康センターHP からぐんま電子申請受付システム
でお申し込みください。
- 6 申込期限
令和7年2月21日（金）
- 7 その他
 - ・配信する動画の録画・撮影等は禁止です。
 - ・配信する動画は著作権法等関係法令により保護されています。
 - ・動画をインターネット上へ無断転載等を行った場合、法的責任に問われる場合があります。

担 当	企画研修係 柿沼
電 話	027-263-1166
F A X	027-261-9912
E-mail	kaki-mana@pref.gunma.lg.jp

自分のトリセツを作ろう



自分の機嫌は自分で取ろう！

—— 第52回 こころの県民講座（群馬県） ——

講師：アドバンスレベルWRAP®ファシリテーター / 増川 ねてる氏

配信期間：R7.3.1 (Sat) ~ R7.3.31 (Mon)

群馬県公式YouTubeチャンネル「tsulunos」にて申込者限定公開！

WRAP®って聞いたことありますか？
自分のトリセツ(取扱説明書)の作り方が分かる！



Wellness 元気
Recovery 回復
Action 行動
Plan プラン

1人1人が違うように
回復の仕方も違うはず！
自分に合ったプランの
作成ノウハウを学べる！

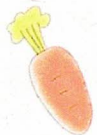


講師 増川 ねてる 氏 プロフィール



- ⚡ アドバンスレベルWRAP®ファシリテーター
(米国・コーブランドセンター認定)
- ⚡ ピアサポーター (千葉県知事認定ピアサポート専門員)
- ⚡ 公認心理師

新潟県出身。高校1年の頃より強い眠気に悩まされる。
19歳で上京、自分を悩ませていた眠気と夢見が「病」なのだと知る。
治療がうまくいかず、やがて処方薬依存状態に。
30代で、「当事者活動」、「WRAP®」を知り、「WRAP®ファシリテーター」となる。以降、コーブランドセンターでピアサポートについて継続的に学んでいる。45歳でNPO法人を退職、フリーランスとなり、独立。
群馬県在住。全国各地で、ピアサポーターとしてWRAP®をツールにリカバリーを伝える活動をしている。
著書に「WRAP®を始める！」などがある。



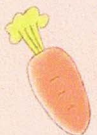
お申し込み方法

1. 下記のQRコードもしくはURLから申込みフォームにアクセスし、必要事項を記入します。
△ 電話やFAX等での受付はできませんので、ご了承ください。
2. 申し込み完了者に、後日視聴用URLがメールに届きます。
(R7.2.28 (Fri) に送信予定)



<https://logoform.jp/form/9cfD/824689>

申込期限：R7.2.21 (Fri)



講演に関するお知らせ

1. 本講演は群馬県公式YouTubeチャンネルにて申込者限定で公開します。会場での開催ではありませんので、ご注意ください。
2. 本講演を録画、無断転載することをご遠慮ください。