

◎自助グループ

(1) 精神障害当事者の会

名称	活動拠点	活動内容	連絡先
青葉会	小松市 社会福祉法人 なごみの郷	定例会(月1回、第3火曜日) 青葉コン(交流会や食事会)、当事 者発表会、近頃どう!(近況報告) ※状況に応じ、活動が変更する場合があります	電話:0761-23-7232 FAX:0761-23-7284
ピアサポート コミュニティすばる	白山市近郊 こがね荘2階 集会室	ピアカウンセリング レクリエーション(月1回) 仲間づくり 生活に関する情報交換等 定例ミーティング(月1回 13:30~15:30)	電話:090-9442-7484(担当:山瀬) メール:tattsei3@gmail.com ホームページ: https://www.facebook.com/piasaco.subaru/
うつ病当事者の会 U-フレンズ	金沢医科大学 看護学部 ※上記施設への問 い合わせはご遠慮く ださい。	毎月1回、土曜日14時~15時30分 開催日は、ブログをご確認ください。 初回参加時は、ご連絡をお願いします。 体験談や困っていることに関連した グループディスカッション	電話:080-6356-7926 メール: utsu.self.help@gmail.com ブログ: https://ufriends- blog.blogspot.com/
生活の発見会 石川集談会	オンライン (Zoom)	毎月第2日曜日 13時~15時半 神経症に悩む方が話し合いや森田療法 の学習をする会	電話:080-6352-3415
ピアサポート セッション 「Tips」	金沢学生のまち 市民交流館など (会場へのお問 い合わせはご遠 慮ください)	交流会やイベントを不定期開催 (情報は主にInstagram「pss_tips」アカウ ントにて発信)	メール (humming1159@gmail.com) もしくはインスタグラムのDMにて
かなざわトウケン (金沢「当事者研 究」研究会)	金沢市松ヶ枝福 祉館 ほか	○ピアサポート学習会 (月1回水曜日 19:30~20:30) ○リカバリーの学校 金沢校 (月1回土曜日16:00~18:00) ○クラブ・アイリス (偶数月1回日曜日14:00~16:00)	電話:090-3450-7749 メール: oriteiku.kanazawa@gmail.com (世話人:松田茂喜)
ふれんず	白山市松任文化 会館ピーノ 地下101研修室	奇数月最終土曜日 13:30~15:30 テーマを設けての話し合い、近況報告	白山市障害福祉課 電話:076-274-9526

(2) 自死など遺族の会

名称	活動拠点	活動内容	連絡先
J交流会	金沢市内	原則奇数月第一土曜日に開催 集い(分かち合い)	石川県こころの健康センター 相談課 電話:076-238-5750
ひまわりの会	金沢市内	お話し会(子どもをみ送られた体験 やお気持ちを互いに語り合います) ※3ヶ月に1回	電話:090-2833-3427 ホームページ: http://www.ishikawahimawari.sakura.ne.jp/
小さな天使の ママの会	河北郡・かほく市	お話し会(あかちゃんをみ送った体験 や気持ちを互いに語り合う)	ホームページ: https://tenshimamajimdo.com/ メール:tenshimama2008@ymail.ne.jp
天使のゆりかご	石川県立 看護大学	赤ちゃんを亡くされた方のメール相談・面談 自助グループのお話会のサポート	石川県立看護大学 母性・小児看護 学講座内(窓口:米田昌代) メール:masayo@ishikawa-nu.ac.jp
NPO法人 SIDS 家族の会	全国及び 北陸地区	・電話相談 ・お話し会(あかちゃんをみ送った体験 や気持ちを互いに語り合う)	ホームページ https://www.sids.gr.jp/ メール contact@sids.gr.jp
金沢ほっとの会	金沢市内	偶数月第一日曜日に開催 分かち合い	電話:090-1317-5238 メール:bbmgn800@yahoo.co.jp
石川グリーフケア の会	金沢市内	・グリーフケアカフェ(2ヶ月に1回) ※対象:大切な人を亡くした方 サポートスタッフが入ります ・会報の発行(2ヶ月に1回)	ホームページ: https://ishikawagriefcare.wixsite.com/grief メール: ishikawa.griefcare@gmail.com
ともいき	能美市内	3ヶ月に1回開催(不定期) ・大切な方を亡くされた方々の集い (グリーフケア)	電話: 0761-51-2104(誓立寺) 0761-55-0149(法林寺)