



### 団体紹介

## NPO 法人フレンズリッチ交流会

### NPO法人フレンズリッチ交流会とは

年齢・職業・性・障害などの枠をなくし、人と心の交流を通じてタテ社会でなくヨコの繋がりを大切にしたコミュニケーション作りを目的に平成13年に発足した団体です。核家族化や少子高齢化などで家族や地域の縁が薄れていくなか、信頼できる人(友人)との繋がりを作り孤独の解消を目指す活動を行ってきました。

現在フレンズリッチ交流会では、月1回「こころのケア交流会」を開催し交流を図っています。「こころのケア交流会」はフェイス to フェイスでの対話を重視し、心の病のある方や障がい者の方たちが孤立せず自己解放して生き生きと生きていくための交流の場として活動しています。

### 活動の経緯

活動当初は「年齢・性・障害の有無はみな個性であり、お互いを尊重しながら生き生きと交流ができる場」として、自由におしゃべりをする親睦会からスタートしました。次第に会員が増え「すてきにコミュニケーション交流パーティー」として会食を伴う交流会に衣替え。その後、会員から「子育てを終えた今、特技を活かしたい」との声が挙がりそれぞれの特技を活かした活動を展開。

活動を続けていくなかで、会員の中に精神疾患を抱える子どもの親が複数人参加している事がわかり、それをきっかけに精神疾患を抱える当事者・その家族の会を平成16年にスタート。当初は家族が悩みを抱え込まないようにすることを目的にしていたが、徐々に当事者だけが集まるようになり、現在の「こころのケア交流会」の形になっていきました。



### 活動内容

#### 「こころのケア交流会」

- ・フリートーキング形式で自分の近況や日頃思っていること、悩んでいることなどを自由に話します。
- ・毎回10～15人程度、幅広い年代の方で、様々な経歴の方が集まります。
- ・参加人数によって少人数のグループに分けてフリートーキングを行うので話しやすい雰囲気です。
- ・対象者は、心の病を抱える方、障がい者、その家族や支援者の方などです。

- ・月1回 毎月第3日曜日 13:00～15:30
- ・アエル 6階特別会議室
- ・参加費100円

### 参加するには

下記にご連絡ください！

TEL：022-212-9080

(月～土(日祝を除く)10:00～18:00)

E-mail：info@f-rich.or.jp

病気や障がいなどに  
限定されないイベントも  
検討しています。

お楽しみに！

ホームページもあります。  
<http://www.f-rich.or.jp/>  
ご覧ください。

# あ・んの会



## 「ひょうたん沼ウォーキングを楽しもう会」

4月14日(金)にあ・んの会の定例会にて「ひょうたん沼ウォーキングを楽しもう会」を開催しました。

数年の間、新型コロナウイルスの流行に伴い、これまで行っていた食事会の開催が難しくなっていました。コロナ禍であっても何かできる事はないか？とみんなで集まる機会をつくるために昨年度より検討を重ねていました。昨年度ウォーキングの会の開催を2回予定しましたが、天候に恵まれず…やむなく中止となってしまいましたが、今回ようやく開催することができました…！気候も良くウォーキング日和な一日で、参加者の皆さん同士で久々の再開を楽しみながらひょうたん沼を歩きました。



令和5年4月より会長が  
変更になりました。

新会長：小林一男様

前会長：伊藤信一様

伊藤さんには会長として  
長年あ・んの会を支えてく  
ださいました。長い間あり  
がとうございました。

あ・んの会とは…？

精神障害者を支える地域ネットワーク会議として宮城野区  
鶴ヶ谷地区で活動しているグループです。

こころの病気等により困難を抱えている方たちやそのご家族が地域でより良い生活ができるようにと願い活動している団体です。

ークリアリングハウス仙台ー

## お楽しみ会(仮)がスタートしました。

これまで毎月第4金曜日に「café de life」としてお茶会を開催してきましたが、令和5年4月より「お楽しみ会(仮)」と称して新しくスタートしました。(名称は現在募集中です)

「お楽しみ会(仮)」では、お菓子作りや創作活動、軽運動などのレクリエーションを行い、活動を通して参加者同士で交流を図る行事です。4月は参加者で桜餅を作りました。



関東風・関西風の両方の桜餅を作りました



### お楽しみ会(仮)

- ・日時：毎月第4金曜日
- ・場所：クリアリングハウス仙台
- ・費用：200円
- ・申込先：  
022-254-6757  
クリアリングハウス仙台まで