

宮崎国際大学 公開講座

令和6年度 宮崎県人権啓発推進協議会委託(人権啓発活動協働推進事業)

だれもが自分らしく生きることができる
地域社会実現に向けて～

リカバリーでつながる、 WRAPでつながる! 2024

自分らしさの回復、主体性の回復などを意味する「リカバリー」をテーマに、気分や体調が優れない時に「いい感じ」の自分に戻って来れるよう、自分自身でデザインするセルフケア(WRAP)について学びます。 ※WRAPについては裏面参照

13:00~13:45 講演:「わたしのリカバリー」by 増川ねてる
13:50~14:30 トークセッション(ねてる、ひろっぴ、タナベソラ、真幸愛)
14:45~16:00 WRAP 体験ワークショップ

講師紹介

増川ねてる



アドバンスレベル WRAP®ファシリテーター。1974年新潟県の菓子店に生まれる。詩人になることを夢見る少年だった。15歳の頃から強い眠気(過眠)に悩まされるようになる。19歳で上京するが病との格闘が続き、29歳で仕事ができなくなる。2005年、通うようになった施設にて「理解し合える仲間」に出会い、「当事者活動」を始める。2006年WRAPに出会い、2007年からファシリテーターとなる。現在は関東を拠点にピアサポーターとして活躍する他、認定NPO法人精神作業療法協会(POTA)の理事や、静岡大学情報学部で教育研究支援員を務める。2013年より日本各地で「WRAPファシリテーター養成研修」を行っている。

日時:2024年 12月22日(日) 13:00~16:00(開場12:40)

会場:宮崎県防災庁舎5階 防51号室

参加費:無料

定員:80名



参加人数把握のためQRコードまたはURLより、
Googleフォームからお申し込みください。

<https://forms.gle/o6KVR9YQmBsesTq9A>

会場への
アクセスは
こちらから!



※お車の方は、県庁外来駐車場(防災庁舎地下、企業局南、本館北)をご利用ください。(無料)
※空席があれば、当日参加OKです。

お問い合わせ・メールでのお申し込み: akasai@miu.ac.jp



宮崎国際大学
Miyazaki International University