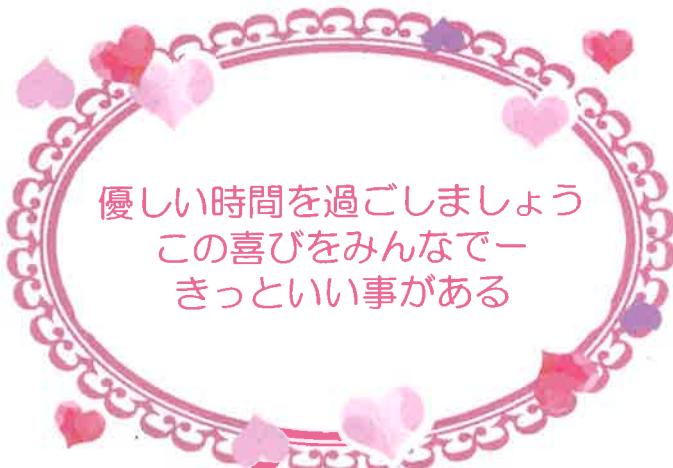


# 精神保健ボランティア ほっとはあと



〒780-0870  
高知市本町5丁目1-12 STビル2F  
キッズルームラビット内



精神保健ボランティアほっとはあと  
TEL 090-1572-8028(会長 福井)

ボランティア会員を  
募集しています



2014/10/01

## ♡ほっとはあと

この会は  
精神障害のある人や家族について思いを深め  
その福祉向上と自立への支援と  
心の健康増進に努め  
会員相互の親睦を深めようとする  
自発的なボランティアの集いです。

## ♡ほっとはあととの歩み

高知県精神保健福祉センターの  
精神ボランティア講座の受講者で立ち上げ  
1996年（平成8年）1月10日結成  
精神障害者と家族への支援グループとして  
地道な活動を続けている。  
読売活動賞、たんぽぽ教育賞  
ライオンズ桜基金等受賞している。  
2021年1月に創立25年を迎えた。

## ♡ほっとはあと会員

○年会費：1,500円（学生1,000円）

○障害のある人、ほっとくらぶメンバーの方々を理解するために、学習会、ティータイム、なごみサロンルームに参加しましょう。

○ほっとはあと主催のイベント等ができる人が・できる事を・できる時に協力します。参加しましょう。

○参加するみんなと仲良く、知識を高めましょう。心を寄せ合いましょう。

○障害のある方を支援しましょう。

## ♡ほっとはあととの主な活動

「ほっとはあと通信」の発行  
「ほっとくらぶ」毎月のお知らせ（はがき）  
「学習会」（奇数月） 「役員会」（偶数月）

### 【年間行事】

- ・ほっとソフトバレー大会
- ・ほっとクッキング「ごはんですよ！」
- ・ほっとハイキング
- ・ほっとクリスマスコンサート

### 【毎月行事（ほっとくらぶ）】

- ・ティータイム
- ・なごみサロンルーム

各々が積極的にボランティアし、自由参加で、障害のある人と共に、ときには「精神保健福祉センター」のご助言をいただきながら進めています。

## 「10周年、ポエムに参加して」

私はこの10年間、いろいろありました  
でも皆様の顔を見るたびに  
心があらわれる気がしました  
いろいろありましたが、このなごみが  
永遠に続くように切に想います  
人の意見もよく聞き  
又、来年に向けて  
僕も含めて元気で！！

## 「ほっとはあと」

困ったとき 相談すると  
いつも一緒に考え 知恵を授けてくれる  
親切な仲間 ほっとはあと

悲しいとき 寂しいとき 相談すると  
暖かく受け容れ 励ましてくれる  
やさしい仲間 ほっとはあと

メンバー 一人一人の幸せを  
真剣に 考えている  
頼りになる仲間 ほっとはあと