

精神保健ボランティア ほっとはあと

優しい時間を過ごしましょう
この喜びをみんなで
きっといい事がある



〒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)



あとソフトバレーボール大会



2014/10/01



ボランティア会員を
募集しています



♡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、たんぼぼ教育賞
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
よう。

○ほっとはあと主催のイベント等あり
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、知識を高め合
いましょう。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ボール大会
- ・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
親切的な仲間 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

