

精神障害をもつ人たちが 主体的に生きていくことができる 社会のしくみをつくりたい



朝木優子さん

岩田賢さん

田中陽子さん

小西文明さん



沼田敬美さん

森井高さん

澤田和子さん

めざすのはリカバリー

コンボは、2007(平成19)年2月にスタートした団体です。英語名=COMmunity Mental Health & welfare Bonding Organizationの頭文字をとって、通称、"COMHBO" (コンボ) と称しています。

私たちは、地域で活動するさまざまな人々と連携して、リカバリー理念の普及や科学的根拠に基づくプログラムを推進する啓発事業を行っています。

3つの使命

1

精神障害をもつ人たちやその家族等、当事者の視点を活動の中心にする

2007年の設立以来、「こころの元気+」を毎月10,000冊発行しており、医学ジャーナリスト協会第1回特別賞を受賞しています。精神障害当事者を表紙モデルに起用することで、精神障害のイメージを変えることに貢献してきたことが評価されています。

2

科学的な根拠に基づく精神保健医療福祉サービスの普及活動を進める

ACT (包括的地域生活支援プログラム)・IMR (疾病管理とリカバリー)・IPS (援助付き雇用)、WRAP (元気回復行動プラン) 家族心理教育など科学的根拠のあるプログラムの普及啓発活動を行っています。インターネットサイトでは、「精神科医療機関の見える化システム」として医療機関の情報を蓄積し公開しています。

3

志を同じくする人や団体が有機的に連携し、地域精神保健福祉の向上をめざす

下記の団体と連携して事業を行っています。日本精神障害者リハビリテーション学会、心理教育家族教室ネットワーク、NPO法人全国精神障害者就労支援事業所連合会(vfoster)、ACT全国ネットワーク、一般社団法人日本うつ病センター、他多数。



野中健さん

金井千晶さん

下村大輔さん

志賀千鶴さん

菅原俊光さん

はにゆけんまさん

田中久美子さん

森本隆道さん

役員・アドバイザーボード

代表理事	大嶋巖	日本社会事業大学教授
共同代表理事	伊藤順一郎	メンタルヘルス診療所しっぽあーれ院長
共同代表理事	宇田川健	認定NPO法人地域精神保健福祉機構共同代表
専務理事	島田豊彰	認定NPO法人地域精神保健福祉機構専務理事
理事	大野裕	一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長
理事	岡田久美子	さいたま市もくせい家族会副会長
理事・事務局長	橘谷肇	認定NPO法人地域精神保健福祉機構事務局長
理事	後藤雅博	こころのクリニック ウィズ 所長
理事	外波山昇志	カルビー株式会社上級執行役員・事業開発本部本部長
理事	西尾雅明	東北福祉大学総合福祉学部教授
理事	藤野英明	横須賀市議会議員
理事	増川信浩	WRAP ファシリテーター

理事	遊佐安一郎	長谷川メンタルヘルス研究所所長
理事	渡邊博幸	学而会木村病院院長
監事	貞井信夫	NPO法人千葉県精神障害者家族会連合会理事長

アドバイザーボード

大熊由紀子	ジャーナリスト・国際医療福祉大学教授
門屋充郎	NPO法人十勝障がい者支援センター理事長
佐藤光源	東北大学名誉教授/医療法人恵風会高岡病院特別顧問
高橋清久	公益財団法人神経研究所精神神経科学センター長
寺谷隆子	社会福祉法人JHC板橋会理事長
樋口輝彦	一般社団法人日本うつ病センター理事長
チャールズ・ラップ	カンザス大学社会福祉学部
フィリス・ソロモン	ペンシルバニア大学社会政策・社会実践学部・教授



NPO コンボの事業



新刊本の編集・出版・販売

● 月刊メンタルヘルスマガジン「ココロの元気+」の発行
表紙モデルは当事者。当事者による Q&A、マンガ、エッセイ、病気とのつきあい方等コンボライターが多数執筆。独自の視点による特集企画

● 出版

家族心理教育テキスト標準版として定評のある「じょうずな対処・今日から明日へ」(家族版)や、「あせらず・のんびり・ゆっくりと」(当事者版)をはじめとした独自出版のほか、講談社や NHK 厚生文化事業団とタイアップした書籍・DVD なども販売しています。

● リカバリー全国フォーラムの開催

世界的に注目されている「リカバリー」という考え方をテーマに、22 の分科会と 1,400 人以上の参加者で毎年開催。

● こんぼ亭の開催

メンタルヘルスに関して毎回多彩なゲストを招いて、楽しくためになるトークライブを開催しています。年に 7~8 回の開催です。

● 精神科医療機関の「見える化」システム

自分にあった医療機関を探すことは、なかなか困難です。コンボの調査では、信頼できる担当医に出会うまでに、5 年~10 年かかった人が 20%、10 年以上の人は 23% という結果が出ています。このような状況を少しでも改善するために、医療機関を利用している当事者による評価システムを提供しています。



● ACT-IPS センター

ACT (包括型地域生活支援プログラム) の普及のため、研修会や立ち上げ支援活動を行っています。

● ピアサポートグループ支援

ピアサポートグループを全国に普及するための活動を行っています。ホームページでは、全国のピアサポートグループの情報を掲載！



リカバリー全国フォーラムを毎年開催

● 保健福祉研究所

科学的根拠のあるプログラムの普及や政策提言につながる調査研究として、家族心理教育の普及活動や「精神障害者福祉サービスの現状把握と発展可能性に関する調査研究」などの研究事業や研修事業を行っています。

● 「家族による家族学習会」の普及

家族同士で泣いたり笑ったりしながら学びあい語りあう「家族による家族学習会」は、知識と体験の共有・共感によって家族に勇気と力を与えます。今、全国の家族会に広がっています。全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)とともに普及に取り組んでいます。

● 学校メンタルヘルス教育の普及事業

モデル授業の実施、学校ニーズ調査、インストラクター研修会などを開催しています。

● ホームページによる情報提供

医療機関選びに役立つ精神科医療機関の見える化システムや、統合失調症再発予防ネットセミナー、家族支援のページ、ピアサポートグループなどホームページによる情報発信を行っています。

● メールマガジンによる情報提供

「コンボお知らせメール便」を月 4~5 回配信しています。ご希望の方は、ホームページからご登録ください。(登録無料)

● 他団体との連携事業

- ① 日本精神障害者リハビリテーション学会
「EBP ツールキット普及事業」事務局
- ② 日本心理教育・家族教室ネットワーク
家族心理教育ツールキットの普及活動
- ③ NPO 法人全国精神障害者就労支援事業所連合会
就労定着支援システム SPIS の普及活動



「ココロの元気+」を
毎月ご自宅にお届け！

賛助会員を募集しています

お問い合わせ・お申し込みはコンボまで！

「精神障害をもつ人たちが主体的に生きていくことができる社会のしくみをつくる」。このことに賛同し、コンボとともに社会を変えたいと願う仲間を募集しています。賛助会員には「ココロの元気+」を毎月ご自宅にお届けします。研修会などコンボ主催のイベントの参加費割引などもあります。

■ 賛助会員お申込みは…

電話・ファックス・ホームページ
(約 2 週間で、雑誌と郵便振替用紙を COMHBO という名称のみ記載した封筒でお届けします)

■ お支払いについて

郵便局でお振り込み (郵便振替用紙を同封します)
ホームページからのお申込みは、カード決済も選べます。

1 年間の会費 6,000 円
(毎月 1 冊 12 回)

※会社・官公庁などで定期購読として
お申込みいただくこともできます
1 年分 12 冊 6,480 円 (送料・消費税込)



COMHBO 認定特定非営利活動法人
地域精神保健福祉機構
Community Mental Health & welfare Bonding Organization

〒272-0031 千葉県市川市平田 3-5-1 トノックスビル 2F
Tel.047-320-3870/Fax.047-320-3871 <https://comhbo.net>