

はじめに

認定特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構

代表理事 宇田川健

『こころの元気+』をどう呼んでいますか？ NPOコンボではほとんどの人が、元気+と呼んでいます。別の場所で、ココブラ、ゲンブラ、ココゲンと呼ぶ方に出会ったことがあり、はっとすることがありました。役に立つメンタルヘルスマガジンを作りたい。当事者、家族の知恵、専門家の科学的根拠に基づく知識、当事者、家族の本音を伝えるために、どんなことができるか、私たちはいつも考えています。そんな呼び方を聞いたときには、『こころの元気+』が手元にある役に立ててもらっているのかなあと感じます。漫画を得意とする方、イラストを得意とする方、文章、詩などいろいろなことを得意とする方、それぞれが活躍できる、『こころの元気+』でありたいと思っています。

話はずれますが、『こころの元気+』の人気コーナー、「おこまりですか？では他の人に聞いてみましょう！」で、お風呂に入れませんというおこまり事がありました。

この記事はコンボのウェブサイトで公開されていて、ここ1年間、常にアクセス数で上位にランクインしています。

答えているのは、全員当事者です。ウェブで読んでいる人は、当事者に限らない、似たような困りごとを検索した、なんでもない人です。

ここ数年の感染症や災害の時代。当事者、家族の知恵が、これまでは、精神疾患に関心を持たなかった人たちの役に立ち、求められている現状があります。

お風呂に入れませんというおこまり事は、2010年2月号に掲載されています。当事者の日常の困りごと、具体的な解決法を提案する人、それでもいいではないですかと言える人、とりあえずやってみれば？という人、私も困っていますという人など、いろいろなもの見方が一度に載っています。

10年以上前の記事であっても、ここ1年間、コンボのウェブサイトでもっともよく読まれている現状を知ると、当事者の日常の困りごと、当事者の日常の知恵、そして当事者の多様性が、この感染症や災害の時代に、とてつもない価値を持っていると実感しています。



2010年2月号

「こころの元気+」は、統合失調症、うつ病、双極性障害、発達障害などをもつ方（ご本人）・ご家族・支援者・医療関係者向けの情報誌です。2007年の創刊以来、信頼できる情報を幅広くお届けしているメンタルヘルスマガジンです。



「こころの元気+」を購読したい方はこちら➡

https://www.comhbo.net/?page_id=104



「こころの元気+」電子版がはじまりました！

スマホからもご覧いただけます。詳しくはこちら➡

https://www.comhbo.net/?page_id=27864



こころの元気+活用パンフレット

2022（令和4）年3月31日発行

発行者 認定特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構（コンボ）

代表理事 宇田川健

〒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://www.comhbo.net>



競輪の補助事業

このパンフレットは競輪の補助を受けて作成されました

こころの元気+^{plus}

活用パンフレット

「みんなの声」編



認定特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構



〒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 <https://comhbo.net>

NPOコンボ

検索