

COMHBO TEI  
 第107回こんぼ亭  
 市来貞彦



# あなたが悪いわけではない

## トラウマから読み解く 生きづらさと回復への道

見逃し配信  
 あります!

# 白川美也子さん

こころとからだ・光の花クリニック 名誉院長

2026  
**9/5** 土  
 13:00~15:00

30分程度延長する場合があります

最終申込日

9月2日(水)

開催当日の受付はできません。ご注意ください!

白川 西 美也子 (しらかわ・にし・みやこ)

精神科専門医・指導医、臨床心理士、公認心理師。著書に「赤ずきんとオオカミのトラウマ・ケア」「トラウマのことがわかる本 生きづらさを軽くするためにできること」など。警察の被害者支援アドバイザーになったことから病棟や外来でトラウマ臨床を展開し、児童福祉、行政、NPO、教育の領域との協働を深める。

- ポイント**
- あなたが悪いわけではない
  - その苦しさには理由がある
  - 見えない傷が影響している
  - 過去の体験は今につながる
  - 回復への道は必ずある

参加費		
賛助会員	一般	グループ(3人まで)
1500円	2500円	6000円

Q&A 機能で質問もできます。

オンラインで開催します

- 以下のサイトからお申込み下さい  
 (クレジットカード決済、コンビニ支払い)  
 右のQRコードからもアクセスできます。  
<https://comhotei107.peatix.com>
- パソコン、スマートフォン、タブレットからご参加いただけます。
- オンラインの講演会システム ZOOM (ズーム) ウェビナーを使用します。
- 視聴している人は、画面に映りません。
- 開催後、動画を編集した後、約2~3週間ウェブサイトで公開。申込者は視聴ができます。



くわしくはこんぼ亭ホームページで。

第107回こんぼ亭

[https://www.comhbo.net/?page\\_id=48360](https://www.comhbo.net/?page_id=48360)

お問い合わせ **047-320-3870**

今回のこんぼ亭は、トラウマやPTSDの治療と支援を専門とする精神科医・白川美也子さんをお招きします。

地域で生活する重度の精神疾患を抱えた人々の96%が、何らかのトラウマ体験を有しているという報告があります。また、精神疾患を経験すること自体が、大きなトラウマとなることも少なくありません。

さらに、その苦しみをそばで見守る家族や友人もまた、「目撃による傷つき」を経験することがあります。

私たちは苦しさを感じると、「自分が弱いからではないか」「もっと頑張らなければ」と考えがちですが、その背景にはトラウマが関係している場合があります。

トラウマは、私たちの生きづらさや苦しさを理解する大切な手がかりです。しかし、トラウマはあなたの人生を説明することはあっても、人生そのものではありません。

本講演では、トラウマが心や身体、人との関係にどのような影響を与えるのか、そして回復への道筋について、わかりやすくお話しさせていただきます。「なぜこんなにつらいのか」を理解し、自分自身や大切な人を見つめ直すきっかけとなる講演会です。





# 第107回こんぼ亭 オンライン



## お申し込み方法

**【お申込方法】** インターネットからの参加申し込みが難しい方は、コンボ事務局までご連絡下さい。  
以下のサイトからお申し込みください。

(クレジットカード決済、コンビニ支払いです)

<https://comhbotei107.peatix.com>



◀ スマホの方は、こちらからアクセスできます。

※お申込みの個人情報は、各種手配・手続き、コンボからの各種お知らせ以外には使用いたしません。

### 【オンライン開催について】

- パソコン、スマートフォン、タブレットからご参加いただけます。
- オンラインの講演会システムZOOM(ズーム)ウェビナーを使用します(ウェビナーは、視聴している人の映像は画面に映りません)。
- お申込いただいた方には、開催前日に、URLとパスワードをお送りいたします。
- お送りしたURLをクリックし、パスワードを入力してログインしてください。

### 【ご注意——コンボからのメール送信について】

- スマホでメールを受信する場合に、パソコンからのメールを受信できないといった現象がよく起きます。この場合、迷惑メールの設定で受信拒否をしている可能性があります。スマホの方は、必ず事前にコンボからのメール( [comhbotei@gmail.com](mailto:comhbotei@gmail.com) )を受信できるよう設定しておいてください。
- 開催前日にメールを送りますが、土曜日にアクセスできるメールアドレスをご使用ください。

### 【こんぼ亭講演会当日について／当日視聴できない場合】

- 講演会開始15分前から接続可能です。
- 講演会での質問は、「Q&A」という機能がありますので、質問をすることができます。
- 後半のトークライブは、みなさんからいただいたご質問をもとに、進めて参ります。
- 全てのご質問にお答えできない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

後から視聴  
できます!

当日に視聴することができなくても、参加申し込みをされた方は、今回のこんぼ亭を約2～3週間に限り、ウェブサイトにて視聴することができます。録画後編集するため、配信するまでにしばらく時間がかかりますので、開催後、メールにてご案内をお送りいたします。

くわしくは、コンボのウェブサイト。  
[https://www.comhbo.net/?page\\_id=48360](https://www.comhbo.net/?page_id=48360)

第107回こんぼ亭 🔍

