

NPO法人東成精神障害者を支える会 サラダ倶楽部 35周年イベント

# マイクロハピネス ～小さな幸せ～

定員200名  
無料

要申込

日々の「小さな幸せ」に気づき、味わい、増やしていくことは、豊かな人生につながっていきます。  
地域で仲間とつながりながら、自分らしく希望をもって、「小さな幸せ」を感じられる秘訣を一緒に考えませんか？

2026年

1月18日(日) 13:00開場  
13:30開会

コミ協ひがしなり区民センター  
6階 小ホール

## 第一部 基調講演

### 「誰かのマイクロハピネスを みんなのウェルビーイングに」 ～可能性指向で小さなアクションの輪を広げよう～

慶応義塾大学大学院 教授  
認知症未来共創ハブ 代表

堀田聡子



中学生の頃から、おもに障害者の自立生活の介助を継続。2018年に仲間たちと「認知症未来共創ハブ」を立ち上げ、認知症のある方の思いや体験・知恵を中心に、本人とさまざまな関係者とともに、安心して認知症になれる未来を探索する。社会保障審議会介護給付費分科会及び福祉部会、認知症施策推進関係者会議等において委員。

## 第二部 パネルディスカッション

### 「仲間と出会い、つながり、未来とつながる」

パネルディスカッションの中で、ピアスタッフ当事者による語り「リカバリーストーリー」をご紹介します。  
自身の体験を経験としてつなげ、仲間とつながり、未来とつながる体験談を皆さんと共有させていただきます。

※ピアスタッフとは：精神疾患、精神障害の方がそれらを乗り越えて、自分の経験を活かして他の当事者の方の支援をする当事者スタッフ

〈申込期限〉2026年1月16日(金) 17時 〈申込方法〉電話・インターネット

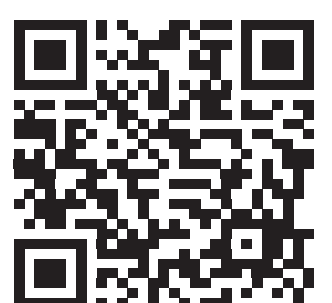
電話でのお申し込み・お問い合わせ

TEL06-4259-2507

担当：サラダぼーる 田中・本多  
対応時間：土日祝除く(10:00-17:00)

インターネットでのお申し込み

右記二次元コードにアクセスし、お申込みください。



主催：NPO法人東成精神障害者を支える会 サラダ倶楽部

共催：東成区社会福祉協議会