

「チームオンリーワン」から 全ての方々に伝えたいこと

応募のあったメッセージを読んで、多くの方が、精神障害者に対して温かい気持ちを持っていると知る事ができました。

障害があっても障害のない人と同じ人間であって何も変わらないこと、互いの個性を尊重し合えることが大切だと思います。

「共にささえあい 生きる社会」の実現に向けて、一歩ずつ進んでいくことを願っています。

たくさんのメッセージをいただいたことに感謝申し上げます！

チームオンリーワン 2022 ～みんなの笑顔を見てみ隊～からのメッセージ

あきら
皆さんが真面目さを
わかってくれて、
優しくなってくれると
いいな

ゆみこ
精神障害当事者となっ
ても、同じ当事者と分
かり合えることもあり
ました

たかし
精神障害者というより
も、一人一人が自由に
意見を言えるようにな
れると良い

まり
生きてるだけで100点
自分を褒めてあげてく
ださい

三好
物事を理解するには
知ることから障害や相手
を理解するのも同じでは

「チームオンリーワン」について

私たちは精神保健福祉センターの精神障害当事者ボランティア募集で繋がりと、精神障害に対する偏見がなくなること、精神障害当事者が生き活きと地域生活していくことを目指し、ボランティアとして楽しく活動しています。

このボランティア募集は毎年あり、令和4年度は「チームオンリーワン2022～みんなの笑顔を見てみ隊～」として活動しています。

リーフレットをご覧になった
皆様からの感想を募集します！！
QRコードを読み取って、
感想をお寄せください。



「一言メッセージ」について、
こちらのQRコードから、より
詳しい内容をご覧ください。



作成：チームオンリーワン 2022
～みんなの笑顔を見てみ隊～ 発行年月 2022年11月

お問合せ

相模原市精神保健福祉センター
電話 042-769-9818

障害者の理解に向けた 「一言メッセージ」

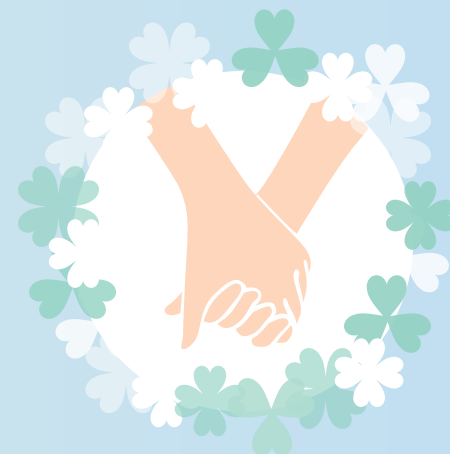
このリーフレットは、精神障害当事者である

私たち「チームオンリーワン」が、
地域で暮らす精神障害のある方々を
応援するために作成しました。

精神障害は見た目で見えないこともあり、
なかなか周囲の理解は十分ではないと感じています。

精神障害当事者が日ごろ取組んでいることや
周囲の方々に知ってほしい思いなどを
ご紹介します。

一人でも多くの方が手に取り、
元気になっていただければ幸いです。



分かってもらえると良いな

通院しているし、薬も飲んでるけど、それ以外は普通なんです。別に怖い人なんかじゃないんですよ

共に支え合おう

お互いが助けあえる社会になるといいな

ありのままでいい

自分の事を話す事で周囲の人に理解してもらえ、かつ自分自身を認めて自信を持つ事ができるようになりました

みんな平等

「障害者」^{けんじょうしや}「健常者」と言う言葉がなくなる様な世の中であって欲しい

精神障害当事者 から届いた

ひとこと 「一言メッセージ」

かんしゃ 感謝の気持ち

完全に分かってもらえなくてもいいんです。分かろうと寄り添ってくれる気持ちが、嬉しいし有り難いです

私の楽しみ

楽しく作業^{さぎょう}が出来るすてきな作業所^{さぎょうじよ}へ行ける事がとってもうれしいです

それが大事

プログラムや仲間を通して、依存^{いぞん}に向かう生き方を修正^{しゅうせい}する日々です。1人で抱え込まない事が大切です

私の願い

なんら健常者^{けんじょうしや}と変わる生活をしていくわけではありません。毎日楽しく過ごしたいのは、みんな同じです

こうなったら良いな

望んで障害者になったのではありません。心の病^{やまい}を持つ私たちが穏やかに過ごせる世の中になればと願っています

がんばっています

ランニングを始めました。喫煙量^{きつえんりょう}が減りました

ひとこと 「一言メッセージ」に 寄せられたコメント

～令和3年度に「一言メッセージ」
を市内各所へ掲示しました。
ご覧になった方々から寄せられた
コメントをご紹介します～

ちょっとした気づき、行動が心のバリアフリー。その行動は必ず誰かの、自分のためにつながっています。

家族だけが「身寄り」ではなく地域が「身寄り」となる環境^{かんきょう}を相模原市で作っていきたいと思います。

全ての人が笑顔で挨拶^{あいさつ}できる社会になればいいな。

個性^{こせい}を受け入れ、尊重^{そんちゆう}し合う。誰もが活躍^{かつやく}できる社会の実現^{じつげん}に貢献^{こうけん}したいと思います。

