

じのまつりも セルフパンフレット作成サポーターになりませんか?



お手伝い

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

セルフパンフレットとは……？

その人の思いや歩みなどを自由に表現した4ページのパンフレットです。自分自身を見つめ直し、肯定的に捉えることで気持ちが一步前へ進みます。



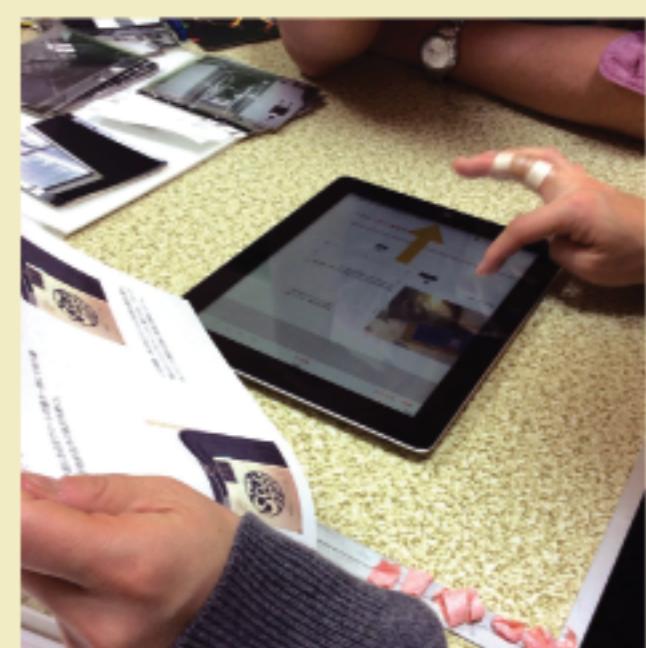
高橋ちよさんのセルフパンフレット

これはたくさんの文章と写真で作成されています。
もちろん、写真がなくても、言葉が少なくて作成
することは可能です。



サポーターは何をする……？

まずは相手の話をじっくりと聴き、相手が自分を再発見することに協力します。そして明るさや自信を取り戻す過程で、喜びを共有することができます。



セルフパンフレット作成中の様子

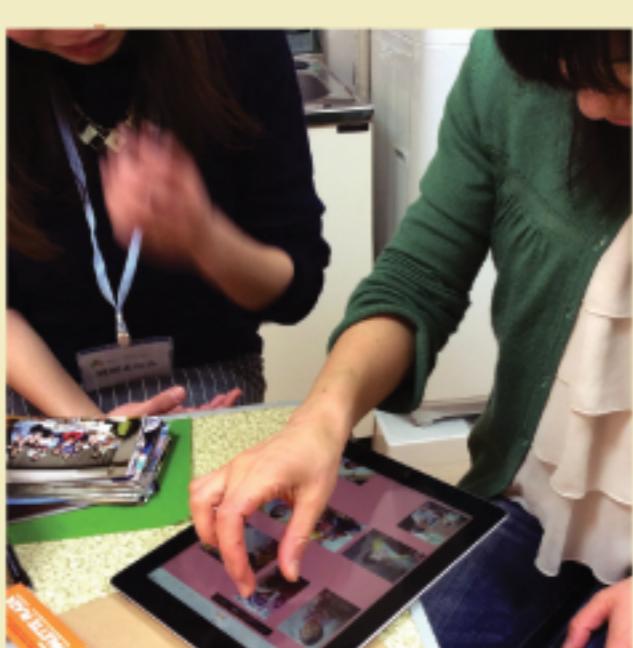
お話を聞く

▼
写真を用意

iPadを使って
紙面をレイアウト

※手作りで作成する
こともできます

誰かの心を支える人になる



NPO法人
東京ひととなり支援協会

●お気軽にお問い合わせください
<http://www.tk-hitotonari.com>
電話: 050-5528-4761 (東京都台東区上野桜木)