

5/18~5/24

社会福祉法人 宏量福祉会 母子生活支援施設 野菊荘 川北愛久里

日付	時間	活動内容 & 場所
5月18日 (月)	10:00~19:00	MIELI ry 研修 Mental Health Art Week 参加
5月19日 (火)	10:00~19:00	MIELI ry 研修
5月20日 (水)	10:00~19:00	MIELI ry 研修
5月21日 (木)	13:00~19:00	MIELI ry 研修
5月22日 (金)	10:00~19:00	MIELI ry 研修
5月23-24日 (土・日)		お休み

MIELI ry (Mental Health Art Week)



今週1週間、MIELI ry さんが Lapinlahden Lähde で開催されていた Mental Health Art Week 2026 Helsinki にて、ボランティア活動や多様なプログラムへの参加、スタッフの皆さんのミーティングへの同席など、さまざまな研修の機会をいただきました。

詳しい内容は研修報告書にて改めてまとめる予定ですが、お忙しい中にもかかわらず、たくさんの方に活動内容やその背景にある思いを丁寧に教えてい

ただき、また優しく受け入れ、誘ってくださり、本当にお世話になりました。イベントでは、パフォーマンスやコンサート、展示を通して表現されるメッセージに触れ、またワークショップを通じて、メンタルヘルスに向けた実践がどのように行われているのかを学ぶことができました。参加者同士の交流や、支援に取り組む方々とのつながりにも触れ、たくさんの関わりに人と人の関わりのおもしろさを感じました。

何より印象的だったのは、MIELI ry さんの活動が特別な支援ではなく、誰もが自然にメンタルヘルスに参加し、取り組める場として開かれていることでした。これまで必要な支援というイメージが強かった私にとって、その姿勢は大きな気づきとなりました。また、その実現のために、スタッフの皆さんが丁寧に相談し合い、発信し続けている努力に触れ、多様な支援のあり方を学ぶ貴重な機会となりました。



参加させてもらったアートワークショップでの作品↑

文化の研修！



←研修に通った Lapinlahden Lähde そのものが、歴史のある素敵な建物でした。最古の精神病院が今はメンタルヘルスの活動場所としてあり、大切にされているのだと感じました。



←研修中に誕生日を迎えて一人でお祝い！
特別な誕生日の経験になりました。



来週はヘルシンキを離れ、トゥルクで研修

引き続きがんばります！