

みなさん、こんにちは。8月の「サリュカレッジ」におじゃまいたします鈴木こころと申します。今回摂食障害を糸口として、私たちがこの社会で生きてきた中で感じる「生きづらさ」や「自分らしさ」について「私が摂食障害とうまくやっていくためにチャレンジしたこと」などをお話させて頂こうと思います。まだまだ未熟な点も多々ありますが、聞いてくださり、何かのお役に立てるのでしたらありがたいです。どうぞよろしくお願いたします。

(一社)愛媛県摂食障害支援機構 代表 / 摂食障害経験者

鈴木こころさん

# 摂食障害を 語る 表す

8 / 25 (日)

13:00~16:30

受付開始12:15~

詩人  
NPO法人こえとことばとこころの部屋(ココルーム)代表

上田假奈代さん

生きることは、食べること、そして出すこと。こころも、そうでしょう。何かを受け入れそして表現する。そのくりかえし、揺れながらいつたりきたり、ぐるぐると循環のなかで人は人と関わり合い、自然や物、生きていないものとも関わり合い、生きることを深くするのだと思います。どうせなら、ことばを人生の味方に。ことばが上手になることではありません。一回きりの人生に耳を澄まし、自分のことばで正直に表すことです。



サリュカレッジ② 主催 NPO法人Salut サリュ(就労継続支援B型事業所)

## 申込方法

NPO法人Salutまで E-mail info.salut.college@gmail.com (担当 吉川/水谷) \*メールアドレスをお持ちでない方は ☎ 075-812-2132にご連絡ください  
件名「8/25申込」①名前 ②所属 ③住所 ④電話 ⑤メールアドレス

申込期限 / 8月10日(土) 17:00 会場 / (一社)日本精神科看護協会 京都研修センター  
京都市中京区三条烏丸西入御倉町85-1烏丸ビル8階

\*烏丸ビル1階は「大垣書店」「スターバックス」

\*地下鉄 烏丸御池駅 出入口6

参加費 / 3,000円(当日、受付でお支払いください)

対象者 / 女性限定 定員 / 先着70人

マゼンタリボン

摂食障害の理解をすすめるシンボルマーク

▶「サリュカレッジ」プロジェクト 精神障害を抱える女性の多くは、思春期・青年期の大半を病気に費やした背景があり、学ぶ機会や社会経験が少なく、限られた狭い社会の中で過ごしてきた。彼女らがもつ生きづらさは、自らが望んだわけではなく、いじめや性暴力、親からの虐待などの被害者であり、困難な場面でも「NO」という選択肢を持ち合わせていなかったり、抵抗するための知識も身につけておらず、その上そのことに無自覚的でもある。回復に必要なことは、就労支援を通じた社会参加や自立、そして、学ぶことで「本来の自分」に出会ったり、「なりたい姿」を描けるようになることである。そこで、「サリュカレッジ」プロジェクトでは、障害のあるなしにかかわらず、生きづらい現代社会を自分らしく生きていくための“気づき”や“ヒント”をくれる場にしたい。