

# WRAP ファシリテータートレーニング

## In 沖縄のお知らせ

**W**RAP (Wellness Recovery Action Plan) は日本語訳で元気回復行動プランといいます。

WRAP クラスでは、ファシリテーターの進行のもと、安心できる雰囲気の中、互いに学びあい、支え合いながら、元気のために自分でできること、日々の元気に関する工夫を一緒に考え、自分自身の心の面でのいい感じを増やす（回復する）ための行動プランを作っていきます。

ファシリテーターは、「自分の WRAP」について、参加者の方と共に学び合う存在です。ファシリテーションに関心のある方のための機会をつくることになりました。この機会を修了することで、あなたも WRAP を学びあう機会を仲間とともに作る可能性がひらけていきます。

WRAP ファシリテーターとしてこちらの元気の学びの場を持ちたい方は、ぜひ参加を検討してください。

### 日時

2025 年 2 月 7 日 (金) 10:00 開始

2 月 11 日 (火・祝) 17:00 まで (予定)

\*原則的に、各日 9 時半開始 17 時終了を予定します。  
が、進行により終了時刻が 30 分程度の変動をする可能性があります。

### アドバンスファシリテーター

津野さんとひろってい

### 運営

WRAP ぬちぐすい&のびぞー と アジャストの仲間たち

### 会場

シャボン玉石けん くくる糸満

〒901-0364 沖縄県糸満市潮崎町 1 丁目 1 番 2 (糸満市役所となり)

### 参加条件

- 1) 自分自身の WRAP を持っている
- 2) WRAP クラスを通じて、WRAP を構成するすべてのパートについてファシリテーターとともに学んだ経験がある
- 3) 5 日間の研修に参加することができる

**参加費** 80000 円/希望する方は 30000 円\* **定員** 18 名

\*障害のある、または精神医療や精神保健福祉サービスを利用した経験のある人(当事者)は希望する場合、上記価格での参加が可能です。

**申込方法** QR コードまたは、メールでお申込ください。

### WRAP クラスで扱う WRAP の各パート

- リカバリーに大切なこと (Key Concept)
- 元気に役立つ道具箱
- 日常生活管理プラン
  - 引き金と引き金に対するプラン
- 注意サインとそれに対するプラン
- 深刻な乱れとそれに対するプラン
- クライシスプラン
- クライシス後のこと

### 申込みの前に ご一読ください

- 申込が 12 月末の時点で多数の場合、運営者による選考を行います。
- 1 月中旬頃に事前資料をお送りします。
- 参加費は特別な事情がある場合を除き、事前資料の送付前に頂戴します。
- キャンセルの場合、基本的に全額を返金しますが、開催 2 週間前以降は半額を返金します。1 週間前以降は返金いたしません。

### ◆お問い合わせ先◆

生活訓練事業所 re Adjust～アジャスト～ (担当:坂本)  
〒901-0305 沖縄県糸満市西崎6丁目 18-2 M's II 202 号室  
Tel:098-987-5666 Email:greenhouse20230901@gmail.com

### \* 申込はこちら \*



\*フォームからの申込はこちら\*→



\*メール申込ご希望の方は、この用紙を記入後メールにてお送り下さい

## WRAP ファシリテータートレーニング in 沖縄 参加申込書

E-mail : greenhouse20230901@gmail.com

受付担当 坂本 緑 宛

ふりがな  
お名前

参加条件のすべてを満たしていることを確認してください。(□←確認のチェック欄)

参加費：□一般／80,000 円      □ 当事者／30000 円

連絡先 (ここで書かれた情報は、研修の運営と修了後のサポートについてのみ用います。)

住所：

\*ここに書かれた住所に、  
事前資料をお送りします。

電話番号：

\*事前及び当日に連絡のつく番号が  
異なる場合は、2種類の記載をお願いします。

E-mail：

\*運営事務局からのお知らせ事項は  
原則的にメールでお知らせします。

通信欄

(WRAP クラスの経験、これまでのつながり、期待すること、心配事などのうち、お知らせくださると安心やサポートにつながることをご記入ください。)