

家族の代わりに  
幼い兄弟の  
世話をしている

買い物、料理、  
掃除、洗濯の  
担当は、私だ

心が不安定な  
家族の話を  
聞いている

目が離せない  
家族の見守りや  
声かけなどに  
気を使っている

家計のために  
アルバイトを  
している

酒、薬物、  
ギャンブル問題を  
抱える家族に  
対応している

障害や病気のある  
家族の身の回りの  
世話をしている

がん、難病、  
精神疾患など  
病気の家族の  
看病をしている

自分自身でも気づかない、わかっていても誰にも相談できない、そんなあなたの**チカラ**になります。

一緒に  
やろうね

- 一緒に買い物、お掃除、洗濯物をたたんだり、料理を作ったり、病院への付き添いをしたりします。
- 家族の困りごと、本人と一緒に解決していきます。
- 何にでもチャレンジできるように応援します。

就職支援も  
するよ！

居場所開設

- 居場所では学習や趣味など自由に利用でき、無料のおにぎりカフェとして軽食を用意した困らんタイムがあります。
- 各箇所に専門スタッフを置きます。(経験者にも参加してもらいます)
- 季節の行事や、イベントを企画して行います。
- オンラインでも居場所に参加できます。
- 希望者には送迎をします。

同じ悩みを  
共有できるといいね！

沼津 富士 静岡  
御殿場 小山の **5ヶ所**  
でやるよ！

地域	開催日	開催場所	開催時間
沼津市	a 第2木曜日 b 第4日曜日	ガンワイルぬまづ	a 17:30~18:30 b 13:30~15:30
富士市	a 第1土曜日 b 第3日曜日	富士市民活動センター	a b 13:30~15:30
御殿場市	第2水曜日	御殿場市民会館	14:00~17:00
小山町	第3水曜日	小山町総合文化会館	14:00~17:00
静岡市駿河区	第4日曜日	か力はら会館	13:00~17:00
静岡市葵区	第2土曜日	東海道シグマ本社	13:00~16:00

全ての  
場所と時間で  
オンラインでも  
やるよ！

気持ち  
疲れちゃったら  
ここにおいで

行事スケジュールなどについて詳しくはホームページをご覧ください！

ピアサポートの連絡先はこちら

本人の悩みや不安に関する相談を受け付けています。

080-1355-6721

担当  
佐々木



メールでの相談はこちら →

Luminous

一般社団法人 ルミナス

410-2418  
静岡県伊豆市  
堀切  
1004-151



www.  
luminous.  
bz