

にじのこころ

(LGBTと精神疾患の自助グループ)

自助グループ「にじのこころ」とは

メディア等で「20人に1人がLGBT(※1)」「精神疾患患者数の大幅な増加(※2)」と言われている中で、セクシュアルマイノリティと精神疾患の両方を抱える人がどちらのコミュニティでも声を上げられない状態にいます。当事者同士が繋がってお互いの苦しい胸の内を語り合える場所、それが自助グループ「にじのこころ」です。

LGBT以外にもAセクシュアルやXジェンダー、ポリアモリー、クロストレッサーなど様々なセクシュアルマイノリティの方もご参加いただけます。

「にじのこころ」では、リアルとネットにより当事者の繋がりを作っています。

《リアルでの取り組み》

にじのこころカフェ

毎月数回当事者同士で集まり、普段の生活で話しづらいセクシュアリティや精神疾患について雑談をしています。自分が困っている事を話したい、他の人の考えを聴きたい、知り合いを作りたいなど、少しでも興味がありましたら参加してみてください。

《ネットでの取り組み》

にじのこころチャット

セクシュアルマイノリティ×精神疾患の皆さんで語るオープンタイプのチャット部屋です。入室した際に誰もいない場合でも書き込みができますので、次に入室する予定日時を知らせたり、ふと思った何気ない事でも構いませんので、ぜひ遠慮なく書いてください。
<http://www1.x-feeder.info/nijinokokoro2/>

TwitterやFacebook、Blogでにじのこころの活動とセクシュアルマイノリティや精神疾患についての情報や発信しています。活動にご興味のある方、疑問に思う事や話したい事がありましたらぜひ声をかけてください。

- ・Twitter:<https://twitter.com/lgbtniji>
- ・Facebook:<https://www.facebook.com/nijinokokoro>
- ・Blog:<http://nijino-kokoro.blogspot.jp/>
- ・自助グループの活動をまとめたサイト:<http://njinokokoro.jimdo.com/>

にじのこころ代表(ますみゆたか)連絡先:lgbtnijinokokoro@gmail.com

※1 電通総研LGBT調査2012 <http://dii.dentsu.jp/project/other/pdf/120701.pdf>

※2 厚生労働省 精神疾患による患者数 <http://www.mhlw.go.jp/kokoro/speciality/data.html>