

## 心と身体のコミュニティサポート Mind Good 設立趣意書

2008年12月16日

心の病にかかったら、どこに行けばいいの？と困っている方が増えています。何となくストレスを抱え、イライラしたり、身体の不調を訴える方が増えています。身近にうつ病の方がいる、という方もたくさんいます。

物や情報が少なかった時代から、物や情報が溢れる世の中になり、それでも「心の平穏」というものがなかなか得られない現実と直面し、人が生きるうえで、「心と身体」がいかに密接に結びついていて大切かということに、誰もが気づき始めているのではないのでしょうか。

そんな中で、心と身体のケアに日常的に関わり、体験を通して心と身体の大切さを知っているもの同士が、その学びを生かして何かできることはないかと模索し、心と身体のコミュニティサポート「Mind Good(マインドグッド)」を設立することとなりました。

Mind Goodは、人と人との繋がりを通して、多くの人の心の扉を開き、心と身体の健康増進を目指すことを目的としています。

少子化の問題、子育て支援、青少年の自立支援、働く人々の支援、高齢者・介護者の支援など、一生を通じて至るところで心と身体の健康は欠かせません。

しかし、個人・民間、行政などのいろんな方々が、いろんな場所で、そしていろんな方法で頑張っているのに関わらず、残念ながらなかなか本当に困っている方々への情報が行き届かなかったり、人と人との壁のせいで、十分な対応が出来なかったりすることがあります。

私たちは、人と人、組織と組織、民間と行政、いろんな壁を打ち破って、「誰かの心と身体を楽にするために何かをしたい」という個人・団体・行政、全ての方達と手を組みます。

そしてお互いがお互いを認め合い、助け合えるところは助け合いながら、より多くの方が幸せと喜びと感謝の気持ちを感じ取れるようにと切に願い、自分達も幸せを感じながら、明るく楽しく前向きに活動していきたいと思っています。

心と身体のコミュニティサポート Mind Good

