メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻1号　2007年3月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

創刊1号
2007.3

◎ワールドリンク
アジアにおける
家族支援プログラム

◎連 載
ココ・カラ主義で行こう！
薬と安全につきあうための基礎知識
自分ではじめる認知療法
書き込み式 統合失調症対処講座
サバイバー日記
ワールドレポート
病気があっても元気！
まあいいかあ
お困りですか？ では他の人に聞いてみましょう
今月の童謡

◎特 集
あなたの夢はなんですか？



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

牧野弘子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻2号　2007年4月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

第2号
2007.4

◎新連載
私の働く生活
ストーリー

◎連 載
ココ・カラ主義で行こう！
薬と安全につきあうための基礎知識
自分ではじめる認知療法
書き込み式 統合失調症対処講座
サバイバー日記
ワールドリンク
病気があっても元気！
まあいいかあ
お困りですか？ では他の人に聞いてみましょう
今月の童謡

◎特 集
私の元気回復と医療



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

増川 雅浩さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻3号　2007年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

第3号
2007.5

◎新連載
べてるの家の
当事者研究

◎連 載
ココ・カラ主義で行こう！
統合失調症の薬と安全につきあう
自分でできる認知療法
書き込み式 統合失調症対処講座
サバイバー日記
私の働く生活ストーリー
ワールドリンク
病気があっても元気！
まーいいかー
お困りですか？では他の人に聞いてみましょう
今月の童謡

◎特 集
私には私の元気回復行動プランがある



倉田　真奈美さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻4号　2007年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

第4号
2007.6

◎特別企画
うつ病・統合失調症
薬の副作用イラスト集

◎連 載
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
私の働く生活ストーリー
ワールドリンク
まーいいかー

◎特 集
薬の副作用を減らして元気になる！



白石　和子さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻5号　2007年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

第5号
2007.7



◎連 載

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
ワールドリンク
まーいいかー

◎特 集

私は眠れない！

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

寺澤 真さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻6号　2007年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

第6号
2007.8

今月だけマンガ

うつまま日記。

◎連 載

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
私の働く生活ストーリー
ワールドリンク
まーいいかー

◎特 集

なまけてる、って思わないで！

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ



小林 由樹さん

メンタルヘルスマガジン こころの元気+ 第1巻7号 2007年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

第7号
2007.9

◎特別企画
柏崎緊急リポート

◎連 載
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう!
自分でできる認知療法
お困りですか?
では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気!
統合失調症の薬と安全につきあう
私の働く生活ストーリー
まーいいかー

◎特 集
失敗を自分のプラスにしよう



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

内海 章友さん

メンタルヘルスマガジン こころの元気+ 第1巻8号 2007年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

第8号
2007.10

◎今回はマンガ2本立て
うつまま日記。
ちむライフ

◎連 載
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう!
自分でできる認知療法
お困りですか?
では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気!
統合失調症の薬と安全につきあう
ワールドリンク
まーいいかー

◎特 集
再発してもだいじょうぶ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

上原 真紀さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻9号　2007年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

第9号
2007.11

◎まんが
アドヒアランス入門

◎連 載
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？
では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー
まーいいかー

◎特 集
薬との新しいつきあい方
―それがアドヒアランス



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

冨永　真弘さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第1巻10号　2007年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

第10号
2007.12

◎マンガ
ちむライフ

◎連 載
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？
では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー
まーいいかー

◎特 集
孤立しないで仲間と出会う



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

法田　友里恵さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第２巻１号（通巻11号）　2008年１月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

2008
1
Vol.2 通巻11号



特集

どん底体験があって、今がある

謹賀新年

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第２巻２号（通巻12号）　2008年２月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

2008
2
Vol.2 通巻12号



◎まんが

うつまま日記。

◎連 載

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ･カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？
では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー
まーいいかー

◎特 集

季節の変わり目、つらいです

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

黒川 常治さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻3号（通巻13号）　2008年3月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

2008
3
Vol.2 通巻13号

◎新・ときどき連載
あなたはどう思いますか？

◎連 載
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？
では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
ワールドリンク
まーいいかー

◎特 集
生活してるとストレス感じます



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

古川　奈都子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻4号（通巻14号）　2008年4月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

4
2008

◎新連載まんが
今月もぱぴぷぺぽ

◎連 載
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
お困りですか？
　では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー

◎特 集
恋愛もしたいし、結婚もしたい！



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

赤羽　良子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻5号（通巻16号）　2008年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎まんが
困ったお医者さん

5
2008

◎連 載
今月の童話
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
書き込み式 統合失調症対処講座
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク

◎特 集
薬を減らして、元気になりたい！

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

竹内　政治さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻6号（通巻16号）　2008年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎新連載
躁うつ病とつきあう

6
2008

今月の童話
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー

◎特 集
もっと私の気持ちをわかってほしい！

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

田中　洋子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻7号（通巻17号）　2008年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



7
2008

◎特集
体を動かして元気になる

◎マンガ
ちむライフ

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
今月もぱびぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー！

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

横田　真紗子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻8号（通巻18号）　2008年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



8
2008

◎特集
偏見をなくしたい

◎新連載
ココプラ

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
統合失調症の薬と安全につきあう
今月もぱびぷぺぽ
ワールドリンク
あなたはどう思いますか？

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

須藤　美帆さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻9号（通巻19号）　2008年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特集

リカバリーってなんですか？

9
2008

コンボの動き

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

藤崎　伸一さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第2巻10号（通巻20号）　2008年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特集

家族の絆について考えてみる

10
2008

◎新連載

うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー！
ココプラ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

ジーニー・ホワイトクラフトさん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第2巻11号（通巻21号）　2008年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特 集

自分の役割や居場所が欲しい

11
2008

◎まんが
HOME

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー！
ココプラ

藤澤　正志さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第2巻12号（通巻22号）　2008年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特 集

私は働きたい

12
2008

◎マンガ
ちむライフ

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー！
ココプラ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

吉野　比沙子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第3巻1号（通巻23号）　2009年1月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



1
2009

謹賀新年

◎特集
生きていくチカラ

◎まんが
うつまま日記。

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
ココプラ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

大野　かおりさん & ゆかりちゃん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第3巻2号（通巻24号）　2009年2月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



創刊2周年号

2
2009

◎特集
リハビリについて知る

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー！
ココプラ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

加藤　純さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第３巻３号（通巻28号）　2009年３月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特 集

人に話しにくい性の悩み

3
2009

◎ま ん が

ちむライフ

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー！
ココブラ

新垣　静香さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第３巻４号（通巻29号）　2009年４月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特 集

生活のやりくり

4
2009

◎ま ん が

社会資源を活用するとは

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ココ・カラ主義で行こう！
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
今月もぱぴぷぺぽ
ワールドリンク
私の働く生活ストーリー！
ココブラ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

音無　美紀子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第3巻5号（通巻27号）　2009年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特集

当事者研究をやってみよう

◎新連載

アッキーの安心してまた働きたい！

5
2009

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
自分でできる認知療法
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー！
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

川北　誠さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第3巻6号（通巻28号）　2009年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特集

自分の病気を理解してもらいたい

6
2009

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
自分でできる認知療法
アッキーの安心してまた働きたい！
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
うつ病・躁うつ病の薬と安全につきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー！
うつまま日記。
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

松下　さつきさん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第３巻７号（通巻29号）　2009年７月15日発行

メンタルヘルスマガジン

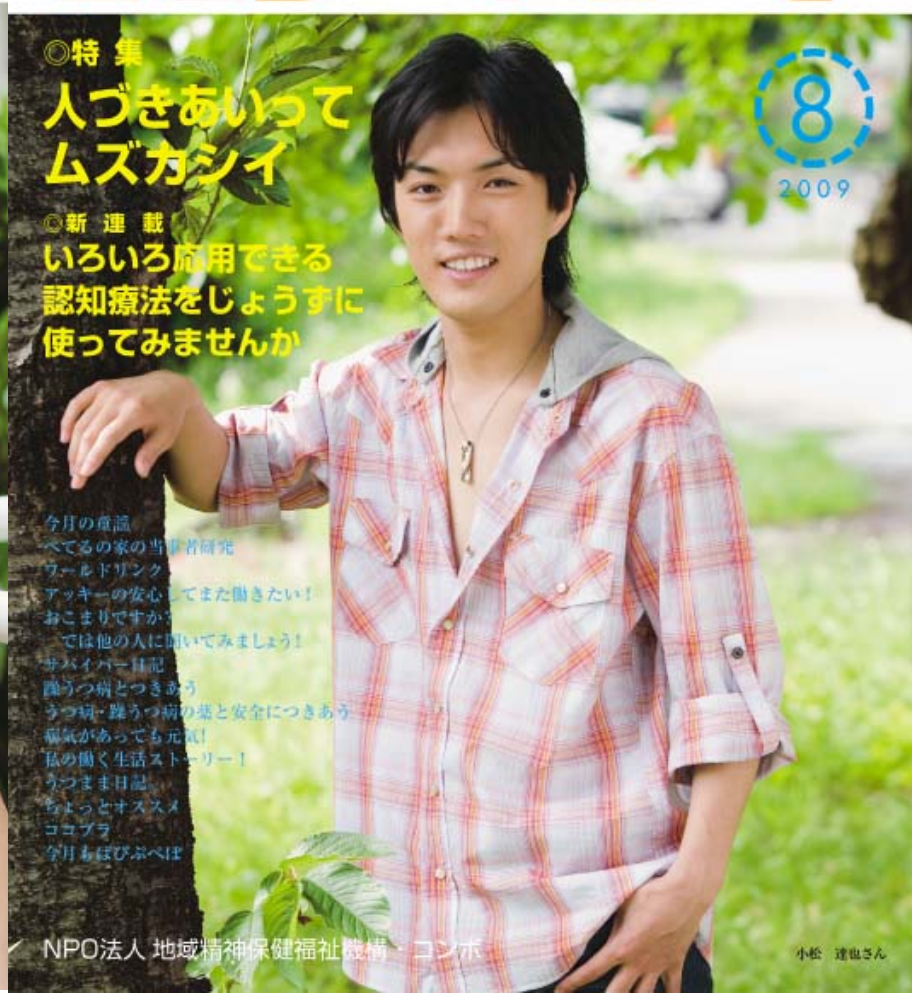
こころの元気plus



メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第３巻８号（通巻30号）　2009年８月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第３巻９号（通巻31号）　2009年９月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

支援があれば働ける

9
2009



今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
アッキーの安心してまた働きたい！
いろいろ応用できる
　認知療法をじょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
うつ病・躁うつ病の薬と
　安全につきあう（最終回）
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー！
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

長島　園子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第３巻10号（通巻32号）　2009年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

再発をしない生活

◎新 連 載

アベコベの国 仲間のチカラ

10
2009



今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
アッキーの安心してまた働きたい！
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー！
うつまま日記。
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

工藤　寿子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第3巻11号（通巻33号）　2009年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特 集

健康管理の基礎知識

◎新 連 載

境界性パーソナリティ障害とつきあう

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
アッキーの安心してまた働きたい！
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱびぷぺぽ

11
2009

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

藤原　直樹さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第3巻12号（通巻34号）　2009年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特 集

不安なのです

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
アッキーの安心してまた働きたい！
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱびぷぺぽ

12
2009

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

白井　和子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第4巻1号（通巻35号）　2010年1月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特 集

小さな目標から始めてみませんか

新春インタビュー

中村ユキさん

1
2010
謹賀新年

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
アッキーの安心してまた働きたい！
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱびぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

磯田重行・陽子・太陽さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第4巻2号（通巻36号）　2010年2月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特 集

薬のギモンQ&A

2
2010

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
アッキーの安心してまた働きたい！
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱびぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

伊藤　克子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第４巻３号（通巻37号）　2010年３月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特 集

役に立たないと感じます

3
2010

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
ココブラ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

犬嶋　哲司さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第４巻４号（通巻38号）　2010年４月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特 集

婚活のヒント

4
2010

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
ココブラ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

白井　里由美さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第4巻5号（通巻39号）　2010年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

親なき後に備える

5
2010



コンボの動き
リリー賞授賞式
今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか?
　では他の人に聞いてみましょう!
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気!
あなたはどう思いますか?
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

澤田 優美子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第4巻6号（通巻40号）　2010年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

私の失敗談

◎新 連 載

つっちーのショーガイ学習

6
2010



今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか?
　では他の人に聞いてみましょう!
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気!
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

土屋 晴治さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第4巻7号（通巻41号）　2010年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

今話題のACTってなんですか

◎短期連載

1485人の家族からの提言

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
躁うつ病とつきあう
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー
アペコペの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱびぷぺぽ

7
2010



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

新村 里子さん＆悠太くん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻8号（通巻54号）　2011年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

もっと知りたい 広げたい ―ピアサポート

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アペコペの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
今月もぱびぷぺぽ

8
2011



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

須釜 雅介さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第4巻9号（通巻43号）　2010年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

精神科医療の最新情報

監修：樋口輝彦

9
2010

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
ダイエットで心も体も元気になる！
1485人の家族からの提言
境界性パーソナリティ障害とつきあう
病気があっても元気！
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
もちダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱびぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

竹本　舞さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第4巻10号（通巻44号）　2010年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特 集

気持ちがわかる接し方

10
2010

◎新連載

ユーザー1000人の声

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
ダイエットで心も体も元気になる！
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もぱびぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

小林　絵里子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第4巻11号（通巻45号）　2010年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気 plus

◎特　集

問題を解決するコツ

11
2010



今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
ダイエットで心も体も元気になる！
ユーザー1000人の声
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー
アペコペの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

岡田　誠さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第4巻12号（通巻46号）　2010年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気 plus

◎特　集

何をやっても眠れない！

12
2010



今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
ダイエットで心も体も元気になる！
ユーザー1000人の声
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー
アペコペの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

赤川　左千子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻1号（通巻47号）　2011年1月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

見方が変われば世界が変わる

◎3つの新連載！

❖今のところはひきこもり

❖統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険

❖福祉をお届けします！

1
2011

謹賀新年

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もばびぶべぼ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

武井　由貴さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻2号（通巻48号）　2011年2月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

再発したらどうするの

2
2011

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
福祉をお届けします！
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もばびぶべぼ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

伊能　聖武さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻3号（通巻49号）　2011年3月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特　集

私の苦手なことを知ってください

3
2011

◎新連載！
❖100万人のパワー

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
福祉をお届けします！
アペコペの国
仲間のチカラ
ももダイアリー
ちょっとオススメ
ココプラ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

松浦 直子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻4号（通巻50号）　2011年4月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



第50号記念

◎特　集

ふみとどまって生きる

4
2011

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
福祉をお届けします！
100万人のパワー
アペコペの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

小林 竜也さん
栄田 千鶴さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻5号（通巻51号）　2011年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

いいとこさがしで元気になる

特別寄稿　3.11震災レポート

リカバリーへの歩み

5
2011

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
福祉をお届けします！
100万人のパワー
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もぱびぷぺぽ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

津田 敏正さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻6号（通巻52号）　2011年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

親子で同居しています

6
2011

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
福祉をお届けします！
私の働く生活ストーリー
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
今月もぱびぷぺぽ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

綾谷 実保さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻7号（通巻53号）　2011年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特　集

みんな何を食べてるの？

7
2011

◎新連載！
❖わかりやすい障害年金入門

今月の童話
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

榊田 幸子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第5巻9号（通巻55号）　2011年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特　集

消えてしまいたいのです

9
2011

今月の童話
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

井上 優子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第6巻1号（通巻69号）　2012年1月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特　集

病気の体験と私の生き方

1
2012
謹賀新年



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

松下昇司・めぐみ夫妻

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第6巻2号（通巻80号）　2012年2月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特　集

新しい時代をつくりたい！

2
2012
創刊5周年！



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

川口様子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第6巻3号（通巻61号）　2012年3月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特　集

薬の今を知りたい

3
2012

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

佐藤秀隆さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第6巻4号（通巻62号）　2012年4月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus

◎まんが特集

入院してました

4
2012

❖リリー賞発表！

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ



佐々木明子さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻5号（通巻63号）　2012年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

恋愛と結婚を本気で考える！

5
2012

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
今のところはひきこもり
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アペコペの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ



市川晴美さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻6号（通巻64号）　2012年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

外に出られません

6
2012

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アペコペの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ



舘岡慶大さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻7号（通巻65号）　2012年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+



◎特　集

直前特集！リカバリーフォーラム

7
2012

今月の童話
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　しょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もぱびぷべぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

久賀さやかさん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻8号（通巻66号）　2012年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+



◎特　集

メンタルヘルスまんがの世界

8
2012

今月の童話
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　しょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もぱびぷべぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

安達潤人さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻9号（通巻67号）　2012年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

元気回復行動プランをつくってみる

9
2012

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
統合失調症の「ジーン」をめぐる冒険
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アペコペの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ



山崎治子さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻10号（通巻68号）　2012年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

躁うつ病のことを知りたい

10
2012

◎新連載！
❖100万匹の羊たち
　～安心して眠りたい～
50人にストラップをプレゼント！

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アペコペの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ



マシュー・フェデュリーチさん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻11号（通巻69号）　2012年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

親を支える

11
2012

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もぱびぷぺぽ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第6巻12号（通巻70号）　2012年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

うちまで来てくれるサービス

12
2012

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もぱびぷぺぽ

第1回 日本医学ジャーナリスト協会賞 特別賞 受賞！ コンボ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

小西文明さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第７巻１号（通巻71号）　2013年１月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

失敗しちゃいました

1
2013

謹賀新年

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もぱぴぷぺぽ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

清水香奈さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第７巻２号（通巻72号）　2013年２月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

発表！ ストレス発散ランキング！

2
2013

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
今月もぱぴぷぺぽ



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

河田真理さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第７巻３号（通巻73号）　2013年３月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特　集

お医者さんで苦労してます

3
2013

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

大倉邦雄さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第７巻４号（通巻74号）　2013年４月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎まんが特集

私の気持ちをわかってください

4
2013

❖リリー賞発表！

今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
うつまま日記
ちょっとオススメ
今月もぱぴぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

中田孝博・幸・心ファミリー

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第７巻５号（通巻75号）　2013年５月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特　集

からだにも元気をプラス！

5
2013



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

中武直子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第７巻６号（通巻76号）　2013年６月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特　集

自分の考え方のクセを知ろう

6
2013



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

菅原俊光さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第7巻7号（通巻77号）　2013年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

働くのが不安です

7
2013



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もぱびぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

右田りささん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第7巻8号（通巻78号）　2013年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

私は管理されたくない

8
2013



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もぱびぷぺぽ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

沼田大市さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第7巻9号（通巻79号）　2013年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

家族も元気に！

9
2013



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アペコペの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第7巻10号（通巻80号）　2013年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特　集

みんな毎日ぐったりだ

10
2013



今月の童謡
3.11震災レポート
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アペコペの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第7巻11号（通巻81号）　2013年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特　集 冠地 情プロデュース

発達障害のことを知りたい

11
2013

◎新連載！
❖コンボの動き

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

島名あすかさん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第7巻12号（通巻82号）　2013年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特　集

メンタルヘルス映画の世界

12
2013

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

渡邊恵子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第８巻１号（通巻83号）　2014年１月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



精神科医療の未来が知りたい

1
2014
謹賀新年

今月の重論
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
100万匹の羊たち
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

・後藤美枝子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第８巻２号（通巻84号）　2014年２月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



◎特　集

恋をしたい ときめきたい

2
2014

◎2つの新連載！
⁘家族の相談カフェ
⁘コミュニケーション実験道場

今月の重論
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
境界性パーソナリティ障害とつきあう
わかりやすい障害年金入門
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

田代　潤さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第8巻3号（通巻85号）　2014年3月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特　集

薬を正しく処方してほしい

◎2つの新連載！
❖私のピョーキはトリプル
❖家族のストーリー

3
2014

今月の童話
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
サバイバー日記
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
アベコベの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き



中原星子さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第8巻4号（通巻86号）　2014年4月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎まんが特集

ああ！コンプレックス！

4
2014

今月の童話
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
アベコベの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き



ハウス加賀谷さん、[illegible]さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第8巻5号（通巻87号）　2014年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

つらくて泣いています

5
2014

◎新連載！
⁘さじかげん よいかげん

◎リリー賞発表！

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
アペコペの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き



小林浩美さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第8巻6号（通巻88号）　2014年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

役所のことで苦労しています

6
2014

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
アペコペの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き



高井 高さん

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第8巻7号（通巻80号）　2014年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+



◎特　集

看護師さんは何をしているの？

7
2014

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
アペコペの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

加藤奈都子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第8巻8号（通巻80号）　2014年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+



◎特　集

ペットに癒されたい

8
2014

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
アペコペの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

池田智香さん
佐々木長英さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第8巻9号（通巻91号）　2014年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

仲間の会のことを知りたい

9
2014



鈴木一美さん

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
アベコベの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第8巻10号（通巻92号）　2014年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+

◎特　集

決めつけないでください

10
2014



北賀千尋さん

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
アベコベの国
家族の相談カフェ
コミュニケーション実験道場
仲間のチカラ
うつまま日記。
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第8巻11号（通巻93号）　2014年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気 plus

◎特　集

正しい薬の減らし方

11
2014

◎新連載！
❖ちょっと知りたい！

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばぶぺぽ
ちょっとオススメ
コンボの動き



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第8巻12号（通巻94号）　2014年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気 plus

◎特　集

やめたくてもやめられない

12
2014

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばぶぺぽ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

佐藤れいさん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻1号（通巻95号）　2015年1月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特　集

安心して暮らしたいな

1
2015

謹賀新年

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

金子恵さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻2号（通巻96号）　2015年2月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特　集

病名はどうやってつけてるの？

2
2015

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

小堤遼さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第9巻3号（通巻07号）　2015年3月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第9巻4号（通巻08号）　2015年4月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻5号（通巻99号）　2015年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特集

お金に関する制度を活用する

5
2015

◎リリー賞発表！

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのジョーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私のピョーキはトリプル
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

小野里美さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻6号（通巻100号）　2015年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特集

あなたの夢はなんですか

創刊100号記念！

6
2015



NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻7号（通巻101号）　2015年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気 minus

◎特集

こころの元気マイナス

7
2015



佐倉正広さん

今月の童謡
さじかげん　よいかげん
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
仲間のチカラ
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻8号（通巻102号）　2015年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気 plus

◎特集

巻きこまれてしまう関係

8
2015



澤田和子さん

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻9号（通巻103号）　2015年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

人に紹介したくなる病院を増やしたい

9
2015

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

金井千晶さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第9巻10号（通巻104号）　2015年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

私の体験が役立つ

10
2015

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

河村朋子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第9巻11号（通巻105号）　2015年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特集

できれば長く働きたい

11
2015

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き



認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

岩田慧さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第9巻12号（通巻108号）　2015年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特集

申し訳ないと感じます

12
2015

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き



認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

佐藤悦子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻1号（通巻107号）　2016年1月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

コンボの2016年

◎新連載！

・リカバリーをめざす食事と運動

1
2016
謹賀新年

今月の童謡
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻2号（通巻108号）　2016年2月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

いろいろなツールを使ってみる

2
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻3号（通巻109号）　2016年3月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎まんが特集

精神科病院の世界

3
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き



松尾清美さん

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻4号（通巻110号）　2016年4月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特集

うつうつとしています

4
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き



横口實行さん

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻5号（通巻111号）　2016年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

知っておきたい離脱症状

5
2016

◎リリー賞発表！

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

小林真弓さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻6号（通巻112号）　2016年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

親なき後に備える

6
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

浜井青之・香織さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻7号（通巻113号）　2016年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特集

私の親は病気です

7
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

はにゅけんままさん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻8号（通巻114号）　2016年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特集

就労の福祉サービスを知る

8
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き
ちょっと知りたい！

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

鶴見友昭さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻9号（通巻115号）　2016年9月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特集

ちょっと元気をプラスしたい

9
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き
ちょっと知りたい！



認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

宮原千恵さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻10号（通巻116号）　2016年10月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

◎特集

障害年金何が変わったの？

10
2016

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き
ちょっと知りたい！



認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

野中健さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻11号（通巻117号）　2016年11月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎まんが特集

いやなこと 苦手なこと

11
2016

今月の童話
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
私のピョーキはトリプル
仲間のチカラ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
コンボの動き



認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

田中陽子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第10巻12号（通巻118号）　2016年12月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus

◎特集

症状について考える

12
2016

今月の童話
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き



認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

[illegible]さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第11巻1号（通巻119号）　2017年1月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

医療機関 選びのコツ

1
2017

謹賀新年

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

有木温子さん 理紗ちゃん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第11巻2号（通巻120号）　2017年2月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気＋ plus



◎特集

メンタルヘルス ああ勘違い

2
2017

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
仲間のチカラ
今月もばびぶべぼ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

輒木優子さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第11巻３号（通巻121号）　2017年３月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus



創刊10周年記念！

3
2017

◎特集
春を呼ぶリカバリー文化祭

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
家族のストーリー
コミュニケーション実験道場
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
今月もばびぶべぼ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

野村知可さん・柴田晃辰さん・岡村旭美さん

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第11巻４号（通巻122号）　2017年４月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気plus

4
2017

◎特集
恋愛の相手がいない

◎新連載！
- 双極性障害Q&A
- 発達障害 言いたい放題
- まんがリンク

今月の童謡
リカバリーをめざす食事と運動
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
私のビョーキはトリプル
ちむダイアリー
家族の相談カフェ
ちょっとオススメ
ちょっと知りたい！
コンボの動き



認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

高橋登さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第11巻5号（通巻123号）　2017年5月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特集

担当医に質問をしてみたい

5
2017

◎リリー賞発表！

今月の童謡
双極性障害Q&A
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
発達障害 言いたい放題
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
ちむダイアリー
家族の相談カフェ
仲間のチカラ
ちょっとオススメ
まんがリンク
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

祖田聡美さん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気+　第11巻6号（通巻124号）　2017年6月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特集

LGBTのことが知りたい

6
2017

今月の童謡
双極性障害Q&A
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか？
　では他の人に聞いてみましょう！
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー！
発達障害 言いたい放題
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
ちむダイアリー
家族の相談カフェ
まんがリンク
仲間のチカラ
ちょっと知りたい！
コンボの動き

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

名倉マミさん

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第11巻7号（通巻125号）　2017年7月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特集

入院ですか?

7
2017

今月の童謡
双極性障害Q&A
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか?
　では他の人に聞いてみましょう!
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー!
発達障害 言いたい放題
私のピョーキはトリプル
家族の相談カフェ
ちむダイアリー
ちょっとオススメ
まんがリンク
ちょっと知りたい!
コンボの動き

下村大輔さん

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

メンタルヘルスマガジン　こころの元気＋　第11巻8号（通巻126号）　2017年8月15日発行

メンタルヘルスマガジン

こころの元気+ plus



◎特集

家族に知ってほしいこと

8
2017

◎新連載!
・わかりやすい「うつ病治療ガイドライン」
・減薬という旅の彼方に

今月の童謡
双極性障害Q&A
べてるの家の当事者研究
ワールドリンク
いろいろ応用できる認知療法を
　じょうずに使ってみませんか
おこまりですか?
　では他の人に聞いてみましょう!
つっちーのショーガイ学習
境界性パーソナリティ障害とつきあう
私の働く生活ストーリー!
発達障害 言いたい放題
私のピョーキはトリプル
家族のストーリー
ちむダイアリー
家族の相談カフェ
まんがリンク
仲間のチカラ
コンボの動き

田中久美子さん

認定NPO法人 地域精神保健福祉機構・コンボ