

令和2年度「アルコール・薬物依存症家族支援プログラム」

「大切な人のアルコール・薬物問題を、どこに相談したらよいのかわからない」
「本人を治療につなげたいけれど、家族がどう関わったらいいのかわからない」
ご家族の中には、「依存症」という病気との付き合い方がわからなかったり、ご本人との関係の取り方に困ってしまうことがあります。

このプログラムでは、グループワークを取り入れながら、ご家族のアルコール・薬物依存症という病気への理解を高め、本人とのコミュニケーションの工夫について学ぶことを目的としています。ご家族自身がこころの健康の回復や家族関係の改善を図ることが、本人自身の回復にも役立つことを学ぶ機会になればと思います。

毎回内容が異なります。途中からの参加も可能ですので、ぜひお越しください。

<プログラム内容>

- ・アルコール依存症・薬物依存症について
- ・上手なコミュニケーションで本人を治療につなげる
- ・長期的な回復を支え、再発・再使用に備える
- ・家族のセルフケア

など

また、利用できる相談窓口（社会資源）を知っていただく機会として、医療機関や回復施設、自助グループの方をゲストにお呼びする予定です。

日程 令和2年5月から令和3年2月までの毎月第3火曜日 13時30分～15時30分

令和2年 5月19日, 6月16日, 7月21日, 8月18日

9月15日, 10月20日, 11月17日, 12月15日

令和3年 1月19日, 2月16日

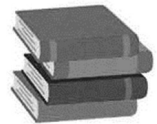
対象 アルコール・薬物問題を抱える人の家族（参加される方が京都市在住であること）

定員 20名（参加無料）

申込 相談専用電話（☎314-0874）による申込の上、センターでの事前面談を受けていただきます。年度途中からの参加も可能です。

会場 京都市こころの健康増進センター 会議室（中京区壬生仙念町30）

※お車でのご来所はご遠慮ください



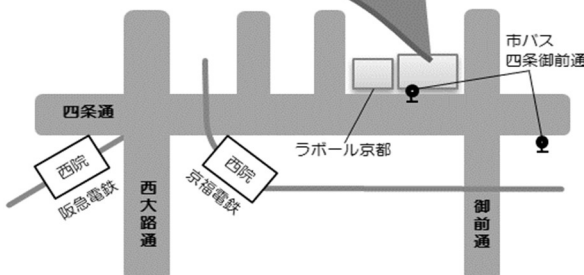
<参加されたご家族の声>（一部修正）

○楽しいプログラムを毎回用意して頂いてありがとうございました。すぐに役立つ話し方や方法を教えて頂いて、とても有益でした。（母・妻）

○まだ通い始めですが、普段はふたをして生きざる得ない、自分の辛い悲しい気持ちに素直になれる、改めて気づける場として、家族プログラムに通おうと思います。（妻）

○社会でまだ声をあげられない方々がいると思うので、身近にいたら助けてあげたいです。（娘）

京都市こころの健康増進センター



市バス

「四條御前通」下車すぐ

阪急電鉄

「西院駅」徒歩3分（北改札口・南改札口）

京福電鉄

「西院駅」下車徒歩3分

京都市印刷物 第315098号 令和2年3月

発行元：京都市こころの健康増進センター

問合せ：Tel：075-314-0355

Fax：075-314-0504

