

## アルコール依存症家族教室(毎週火曜日)

全くよくなるない絶望的な状況はないことを信じて、一緒に学んでみませんか。  
 当院では、アルコール依存症の家族のために毎週家族教室を行っています。  
 家族教室には今あなたが抱えている悩みや苦しみをわかってくれる同じ立場の家族がたくさん参加されています。  
 ここには同じ苦しみを経験されてきた方にしかわからない慰めがあり、助けがあります。  
 皆様のご参加をお待ちしております。担当並びに講師:精神保健福祉士 亀ノ上美郷

回	日程	テーマ	講師
第1回	12月15日	アルコール依存症という病気とは	
第2回	12月22日	先の見えない日々の中で～2020年を振り返る	
第3回	1月12日	これは誰の問題なのか	
第4回	1月19日	アルコール依存症と家族	
第5回	1月26日	依存症からの回復とは何か	
第6回	2月2日	感情に振り回されない～怒りとうまく付き合うために～	
第7回	2月9日	自助グループが回復に役立つ理由	
第8回	2月16日	家族のコミュニケーションについて考える	
第9回	3月2日	『本当の依存症の話をしよう』より	
第10回	3月9日	人生を変える言葉の使い方～『口ぐせの心理学』より	
第11回	3月16日	話を聴くことについて考える	
第12回	3月23日	アルコール依存症とともに生きる	

※時間:AM10:30～PM1:00(途中休憩10分)  
 ※場所:新阿武山病院内 会場については受付にてお伝えいたします  
 ※費用:1回600円。受付事務所で参加券をお求めください。  
 ※12月29日、1月5日、2月23日は、都合によりお休みとさせていただきます。