



# 船橋北病院 アルコール家族会

News  
Letter

2019.10月号  
NO. 34  
発行日 2019 10/10

| 9 月度 報告 |   |                 |  |
|---------|---|-----------------|--|
| 日程      | ①第2土曜日<br>9/14                              | ②第4土曜日<br>9/28  |  |
| ①       | 10 名様                                       | ご参加ありがとうございました。 |  |
| ①       | ご参加のみなさまのご感想                                |                 |  |
| テーマ     | 望ましい行動を増やす(クラフト)                            |                 | 望ましい行動を増やす(クラフト)<br>・ここに来ると頑張っている、前向きに何とか頑張りたいという思いが共有できます。<br>・学んで、自分の行動や言葉は、間違っていないと思いました。<br>・色々な立場の方々のお話を聞いて、苦しみや悩みを知り、自分も頑張ろうと思いました。<br>・褒めることの大切さを再確認しました。<br>・AA、断酒会の活動について知りたい。また家族参加可と参加不可の会の違いについて知りたい。  |
| 前半      | わかちあい(全体)<br>皆さまに近況やお気持ちなどお話し頂きました。         |                 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>長年、依存症と向き合ってきた<br/>家族の方からのメッセージ</p> <p>クラフトを学んでいても、頭でわかっていても…<br/>その場になると難しいものです。<br/>だからこそ何度も学んでいくことが大事です。</p> </div>   |
| 後半      | 望ましい行動を増やす(クラフト)<br>クラフト説明<br>講義<br>グループワーク |                 |  |
| ②       | 11 名様                                       | ご参加ありがとうございました。 |  |
| ②       | ご参加のみなさまのご感想                                |                 |  |
| テーマ     | 本人の体験談                                      |                 | 本人の体験談<br>・回復前の詳しい心境をお話していただき、依存症時の主人の気持ちを想像することができました。<br>・体験を聞き、自分の娘と重なりました。<br>・同じ苦悩を持つ他者の方々のお話により勇気とアドバイスを頂きました。<br>・娘の心情がわかるようになりました。娘が過去を振り返って分析できるような日がくるのか?期待と絶望と半々です。<br>・実際の体験談なので、説得力があって参考になりました。<br>・皆さんのお話を聞かせて頂くだけで、気持ちが落ち着きます。自分だけではないと感じることは、今後、依存症と向き合っていく上で必要なことだと思います。 |
| 前半      | 本人の体験談<br>2名の方に体験をお話し頂きました。                 |                 |  |
| 後半      | わかちあい(全体)<br>皆さまに近況やお気持ちなどお話し頂きました。         |                 |  |

## 10 月度 予定

**日時** 第2土曜日 10/12 13:30 ~ 15:30  
**テーマ** 赤澤先生の会

**日時** 第4土曜日 10/26 13:30 ~ 15:30  
**テーマ** わかちあい(家族司会の会)

もちろん☆ミーティング(わかちあい)も行います。

**場所**▶ 船橋北病院2F研修室  
**問合せ**▶ 医療福祉相談室  
047-457-8006  
皆様お気軽にご参加ください。  
個別相談も承りますので、お声かけください。