



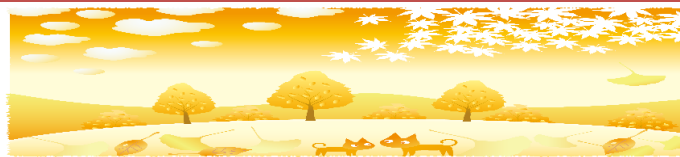
船橋北病院 アルコール家族会

News
Letter

2019.9月号

NO. 33

発行日 2019 9/10



8 月度 報告			
日程	①第2土曜日 8/10	②第4土曜日 8/24	
①	24 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	本人と家族の体験談		本人と家族の体験談 ・入院するには、本人の自覚が重要なこと、回復（家族も含む）には、断酒会の存在が大きく、必要性を感じました。 ・3つの「あ」 あせらない、あきらめない、あんしんしない 「安心しない」を耳にし、安心しなければ、がっかりすることもないと気付かされ、改めて気が引き締まる思いがしました。 ・実際のご苦労や工夫されたことがわかり大変参考になりました。 ・みなさんのお話しに共感できたり、参考にしたいと感じたりと有意義な時間でした。 ・自分だけではないんだと思えました。 ・断酒会に参加しようと思いました。 ・男性の参加者が少ない、1人（特に女性）だけに背負わせるのは酷だと思えます。
前半	長きに渡り悩んだ奥様が断酒会に参加するようになってからの変化がご主人のアルコール依存症の回復に繋がっていったという実体験を傾聴しました。		
後半	わかちあい（立場別） ①配偶者の立場 ②親、きょうだい、子の立場 近況、お気持ちなど各自お話し頂きました。		
②	12 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	コミュニケーションを変える②		コミュニケーションを変える② ・感情的になっている時に、肯定的、具体的な言い方をとっさにするのは、難しい。日々の練習が必要と感じます。 ・家族会で繰り返し学べるのは、とても助かります。少しずつ出来るようになって、私の中で本物となれるようにしたいです。 ・グループで肯定的な言い方について、具体的に考えたり、話し合うのが良かったです。 ・アルコール依存症は、（向き合うのに）気の遠くなるような長い時間が必要だと、改めて実感しました。 治療に繋がることの難しさ…。断酒していても家族の心の内は、安心はできない…。ご家族の声を聴き、改めて家族会の必要性を感じます。また、スタッフも皆様に支えられていると感じています。ありがとうございます。
前半	わかちあい（立場別） ①配偶者の立場 ②親、きょうだい、子の立場 近況、お気持ちなど各自お話し頂きました。		
後半	コミュニケーションを変える②（クラフト） 講義 グループワーク		

9 月度 予定

日時 第2土曜日 9/14 13:30 ~ 15:30

テーマ コミュニケーションを変える(クラフト)

日時 第4土曜日 9/28 13:30 ~ 15:30

テーマ 本人の体験談

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。

