



## 【アルコール家族教室のご案内】

医療法人晴明会 糸満晴明病院

沖縄は飲酒者もアルコール依存症者も、アルコールが原因での死亡者数も、全国平均に比べて大幅に高い飲酒大国です。あなたの周囲にもお酒の問題を抱えている人はいませんか？その人に振りまわされて困っている・心身ともに疲れている・経済的に困窮している、そして何をやってもダメなんだ・どうやってもお酒を止めてくれないんだ、と絶望しているご家族はいませんか？しかし世の中にはアルコール依存症から回復し、酒のない人生を歩んでいる人が大勢いますし、自分の時間を取り戻して日々の生活を楽しんでいるご家族もいらっしゃいます。

アルコール依存症は病気です。根性論や情に訴えても治りません。自己流を用いればご本人もご家族も追いつめられて、状況は悪化するばかりです。正しい治療と正しい関わりをすることが回復への唯一の道です。“正しい関わり方”即ち、ご家族にも断酒の為にすべき役割があるのです。アルコール家族教室では「そもそもアルコール依存症とはどのような病気なのか」「正しい関わり方とはどういうものなのか」「それを続けるためにはどうすればいいのか」を、3回に分けてわかり易くお話しています。既に依存症になってしまっている方のご家族には、回復に向けての実践的な方法を学んで頂けますし、お酒を飲んでいる人に対して“最近お酒の量が増えて来たな”このままでは依存症なるのでは？”と感じているご家族には、依存症への進行を防ぐべく、今やるべきことを学んで頂けます。

「家族にアルコール依存症者がいることがわかるなんて恥ずかしい」「自分の辛い気持ちは誰にもわかってもらえない」など、アルコール依存症に関する場所へ出かけていくのは勇気がある事です。しかし家族教室は他言無用、守秘を厳守しています。また同じ思いを抱えている方々の集まりですから、“自分だけではなかったんだ”と救われる思いがする事でしょう。あなたの周囲に家族のお酒の事で悩んでいる人がいたら、是非「家族教室に行ってみたら？」と声を掛けて頂ければありがたいです。スタッフ一同、全力でご家族を後押しし、ご本人の断酒へと繋げるべく誠心誠意努めます。宜しくお願い致します。

- 日時:毎月 第1土曜日 (1月は第2土曜日です)
- 場所:講堂
- 参加費:無料
- 予約:不要
- 対象:アルコール依存症のご家族や関係者
- 問い合わせ先:糸満晴明病院 地域医療相談課

(☎098-997-2011)





## H30年度 アルコール家族教室開催予定

家族教室は今年度は第1土曜日に開催する事となりました。1日かけて開催していますので、ご希望のテーマやご都合の良い時間帯にご参加頂けます。テーマは全3回で1クールとしています。ぜひとも最低1クールは参加して頂きたいですが、内容が濃いため**無理のないよう1日に1ステップの参加をお薦めしています**。繰り返しの参加も可能です。

### 【家族教室のテーマ】

ステップ①「これが病気?どんな病気?」

ステップ②「家族がやってはいけない事!?って何なの?」

ステップ③「えっ、私も病気!?自助参加が必要なの?」

どのステップからでも参加して頂けます

第1土曜日	9:30~11:00	12:30~14:00	15:00~16:30
<b>9月 1日</b>	<b>ステップ③</b>	ステップ①	ステップ②
<b>10月 6日</b>	ステップ①	ステップ②	<b>ステップ③</b>
<b>11月 3日</b>	ステップ②	<b>ステップ③</b>	ステップ①
<b>12月 1日</b>	<b>ステップ③</b>	ステップ①	ステップ②
<b>1月12日</b>	ステップ①	ステップ②	<b>ステップ③</b>
<b>2月 2日</b>	ステップ②	<b>ステップ③</b>	ステップ①
<b>3月 2日</b>	<b>ステップ③</b>	ステップ①	ステップ②

### 台風時の対応に関して

当日朝7時半時点で暴風警報が発令されている場合、家族教室は中止致します。

