

## 第11回 家族による家族教室開催のお知らせ

精神疾患を患った人の家族がお互いに学びあう学習会です。  
適切な情報を得ることで、安心し、自信をもって対応できるようになります。  
仲間に出会い、話し合うことにより、癒しと安どを得ることができます。病気のことをもっと知りたい、当事者とどう関わればよいのか困っているなどさまざまな思いを抱えていらっしゃるご家族の方々の参加をお待ちしています。  
当事者家族の体験を通して語られる言葉は、皆さんの参考になるのではと思います。

- \* 対象 : 精神疾患を患った人の家族
- \* 内容 : テキストを使用し、家族の体験を語り合う中で学びます。  
4月～8月 毎月第4土曜日 5回の講座
- \* 募集人員 : 定員8名 (申し込み順)
- \* 参加費 : テキスト代¥1600
- \* 主催 : 三郷に八
- \* 後援 : 安曇野市
- \* 申込み先 : 三郷に八事務局  
Tel 090-9664-7361
- \* 申込み締切 : 令和6年4月13日

テキストは、統合失調症を知る  
心理教育テキスト家族版  
「じょうずな対処・今日から明日へ」  
を使います



	日時	内容	時間・会場
第1回	4月27日(土)	統合失調症を知りましょう	★時間 午後1時半～4時半 ★場所 安曇野市三郷温 (三郷ビッグ西1K)
第2回	5月25日(土)	統合失調症の経過・状態とその対処	
第3回	6月22日(土)	統合失調症の治療と支援	
第4回	7月27日(土)	住みたい街で暮らし続けるために	
第5回	8月24日(土)	家族自身が元気を保つために	

### 三郷に八

～精神障がい当事者&家族支援の会～

孤立しがちな当事者・当事者家族が、同じ体験を共有できる仲間と出会い、語り、話しを聴き、交流していきます。そして学習会、講演会などを通じ当事者の回復のためのより良いサポートの仕方を学びながら、家族自身が元気になることを目指しています。

「人生楽しく和、話、輪」和やかに話し繋がるをモットーに、家族も笑顔を取り戻し、当事者も家族も地域の中でありのままにより豊かな人生を送れる事を願い活動をしています。

連絡先 三郷に八 Tel 090-9664-7361

\*当会は安曇野市の補助金を受け、当事者家族を中心に活動をする民間福祉団体です。