

平成30年度

アルコール家族相談会

お酒の問題で悩んでいませんか？

その対応に困って、ひとりで抱え込んでいませんか？

この相談会は、**CRAFT**を活用しており、「ご家族が自分自身の生活を豊かにすることで、気持ちに余裕が生まれ、飲酒問題にも上手に対応できるようになる。」ことが目的です。どんな相談会なのか、一度、参加してみませんか。



◆ 対象者 アルコール依存症(あるいはその疑いのある方)の方のご家族

◆ 場所 南相馬市原町保健センター
(住所：南相馬市原町区小川町322-1)



◆ 日時・内容

回数	日時	内容
【第1回】	平成30年5月30日(水) 13:30~15:30	① 家族相談・交流 ② 状況をはっきりさせよう～飲酒行動マップづくり～ ③ 暴力への対策～安全な対応を練習する～
【第2回】	平成30年7月18日(水) 13:30~15:30	① 家族相談・交流 ② コミュニケーションを変える(前半) 【「私」を主語にする】【肯定的な言い方】 【感情に名前をつける】【思いやりのある発言】
【第3回】	平成30年9月5日(水) 13:30~15:30	① 家族相談・交流 ② コミュニケーションを変える(後半) 【簡潔に言う】【具体的な行動に言及】 【責任を一部受け入れる】【支援を申し出る】
【第4回】	平成30年10月24日(水) 13:30~15:30	① 家族相談・交流 ② イネイプリングをやめる ③ 「状況をはっきりさせよう～飲酒行動マップづくり～」 「暴力への対策～安全な対応を練習する～」の復習
【第5回】	平成30年12月12日(水) 13:30~15:30	① 家族相談・交流 ② 家族自身の生活を豊かにする
【第6回】	平成31年1月30日(水) 13:30~15:30	① 家族相談・交流 ② 望ましい行動を増やす方法 ③ 「コミュニケーションを変える」の復習
【第7回】	平成31年3月20日(水) 13:30~15:30	① 家族相談・交流 ② 治療をすすめる ③ 全体の振り返り

◆ 申込み方法 下記申込み先に電話または裏面「参加申込書」をFAXにてお申込みください。

◆ 参加費 無料

CRAFT (クラフト) とは

アルコール依存症者と家族のためのプログラムで、次の特徴があります。

- ① 家族がコミュニケーションを変えることで、対立を招かずに治療へつなげることが可能。
- ② 家族が効果的に使えていない力を使えるようにするトレーニング。
- ③ 治療につながらなくても、問題行動が減ったり、家族がもっと楽に暮らせる効果がある。

◎ 実際に参加されたご家族からも、以前より問題行動が減った、家族自身が楽になった等、聞かれています。

◆申込み・問合せ先

福島県相双保健福祉事務所
障がい者支援チーム

TEL 0244-26-1133

FAX 0244-26-1139