

主催：NPO法人横浜市精神障害者家族連合会（略称 浜家連）

：4区家族会 港北区白梅会 緑区みどり会 青葉区あおば会 都筑区すずらん会

2024（令和6）年度 家族による家族学習会普及事業 〈横浜市からの委託事業〉

## ❀ 家族による家族学習会 ❀

### ～全5回連続講座の参加者を募集します～

家族の誰かが精神疾患を抱えると、誰でも驚き戸惑い、不安や混乱の中で自問し自責の念に駆られることも稀ではありません。

先の見えないトンネルに押し込まれたような状態から出口を発見する重要な第一歩が「家族自身が精神疾患について正しく理解すること」です。

多くの家族が学習することで病気を正しく理解し、きちんと向き合い、希望と力を得ています。「家族による家族学習会」はそれぞれの家族が心情を吐露し、情報を交換し支え合いができる、安心と安全が保障された家族同士の交流の場です。

様々な思いを抱えていらっしゃるご家族の方々、どうぞご参加ください。



### 一人で抱えて悩んでいませんか？

**参加できる方：**比較的若い精神障害者をもつ方の家族で、5回通して参加可能な方。

**内容：**テキストを使用し、話し合いなどを通して当事者と家族の生き方を学びます。

テキスト：じょうずな対処 今日から明日へ 全改訂第1版

**担当者：**精神障害者を家族にもつ4区家族会会員5名が担当します

#### 日程・時間・会場

	日程	時間	会場
第1回	10月12日（土）	13：30～16：30	横浜あゆみ荘
第2回	11月 9日（土）	13：30～16：30	かけはし都筑
第3回	11月30日（土）	13：30～16：30	横浜あゆみ荘
第4回	12月15日（日）	13：30～16：30	横浜あゆみ荘
第5回	2025年 1月18日（土）	13：30～16：30	かけはし都筑

#### 学習内容

第1回：統合失調症を知りましょう。はじめの一步

第2回：統合失調症の経過・状態とその対処

第3回：統合失調症の治療と支援

第4回：住みたい町で暮らし続けるために

第5回：家族自身が元気を保つために

## 備考

- \* 募集人員 10 名程度 希望者多数の場合は参加できないことがあります。
- \* この家族学習会は、横浜市の精神障害者の家族支援事業として行うものです。
- \* 4区会員の担当者以外に、浜家連のアドバイザーが同席することがあります。
- \* 個人情報の保護につきましては、十分に配慮した対応をいたします。
- \* 新型コロナウイルス感染症の感染予防策をとって実施いたします。
- \* 参加は無料です。テキスト代はご負担いただきます。
- \* テキスト代：「じょうずな対処 今日から明日へ」全改訂第1版 1,320円

## 会場

第1回 10月12日(土)、第3回 11月30日(土)  
第4回 12月15日(日)

会場 障害者研修保養センター 横浜あゆみ荘  
〒224-0062 都筑区葛が谷2-3  
TEL: 045-941-8383

第2回 11月9日(土)  
第5回 2025年1月18日(土)

会場 福祉保健活動拠点 かけはし都筑  
港北ニュータウンまちづくり館内  
〒224-0006 都筑区荏田東4-10-3  
TEL: 045-943-4058



最寄り駅 市営地下鉄グリーンライン  
「都筑ふれあいの丘駅」 下車徒歩5分

<https://www.yokohamashakyo.jp/ayumiso/>

最寄り駅 市営地下鉄ブルーライン・グリーンライン  
「センター南駅」 下車徒歩8分

<http://www.tuzuki-shakyo.jp/>

## <お申し込み方法>

所定の申込書に必要事項をご記入の上、郵送でお送りください。

2024(令和6)年9月13日(金) までに着

郵送先: 工藤智子 郵便番号 225-0024 横浜市青葉区市ヶ尾町500-9

## <問い合わせ先>

すずらん会 (家族学習会担当者) 工藤智子 電話 045-973-6255

以上

# 参加申込書

特定非営利活動法人横浜市精神障害者家族連合会（浜家連）

4区精神障害者家族会（港北区白梅会 緑区みどり会 青葉区あおば会 都筑区すずらん会）

2024（令和6）年度「家族による家族学習会」に申し込みます。

2024（令和6）年 月 日

住所 〒 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_

参加者氏名 \_\_\_\_\_（病気のご本人との続柄）

参加者氏名 \_\_\_\_\_（病気のご本人との続柄）

\* 下記にもご記入ください

☆ご本人の診断名は \_\_\_\_\_（ \_\_\_\_\_ ）

☆病気のご本人について ○をつけてください

- ・ご本人の年齢      ・10代      ・20代      ・30代      ・40代以上
- ・発病後の経過年数      ・1～2年      ・3～4年      ・5～6年      ・7年以上
- ・ご本人の状況      ・入院中      ・ご自宅で静養中      ・別世帯で自活
- ・その他（ \_\_\_\_\_ ）

☆これまでに家族教室などに参加したことがありますか？      ある      ・      ない

☆この家族学習会をどこで知りましたか？

- ・行政の窓口      ・病院      ・広報紙      ・知人の紹介      ・家族会
- ・ホームページ：みんなねっと      ・コンボ      ・浜家連      ・その他
- ・その他（ \_\_\_\_\_ ）

☆あなたがこの会に参加して学びたいこと、知りたいこと

- 病気      ・  薬      ・  病院      ・  対応      ・  予後      ・  福祉サービス
- その他⇒ \_\_\_\_\_

〈プライベートな情報の記入がございますので、郵送でのお申し込みをお願いします〉

〈郵送先〉：（家族学習会 担当者）工藤智子

〒 225-0024 横浜市青葉区市ヶ尾町500-9

申し込みの提出期限は、9月13日（金）着です。よろしくお願いいたします。