

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 金沢区あおぞら会 港南区あいの会 戸塚区若杉会 栄区さかえ会

令和6年度（2024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 9日（水）	13：30～16：30	栄区生活支援センター
第2回	10月23日（水）	13：30～16：30	栄区生活支援センター
第3回	11月 6日（水）	13：30～16：30	栄区生活支援センター
第4回	11月20日（水）	13：30～16：30	栄区生活支援センター
第5回	12月 4日（水）	13：30～16：30	栄区生活支援センター

**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

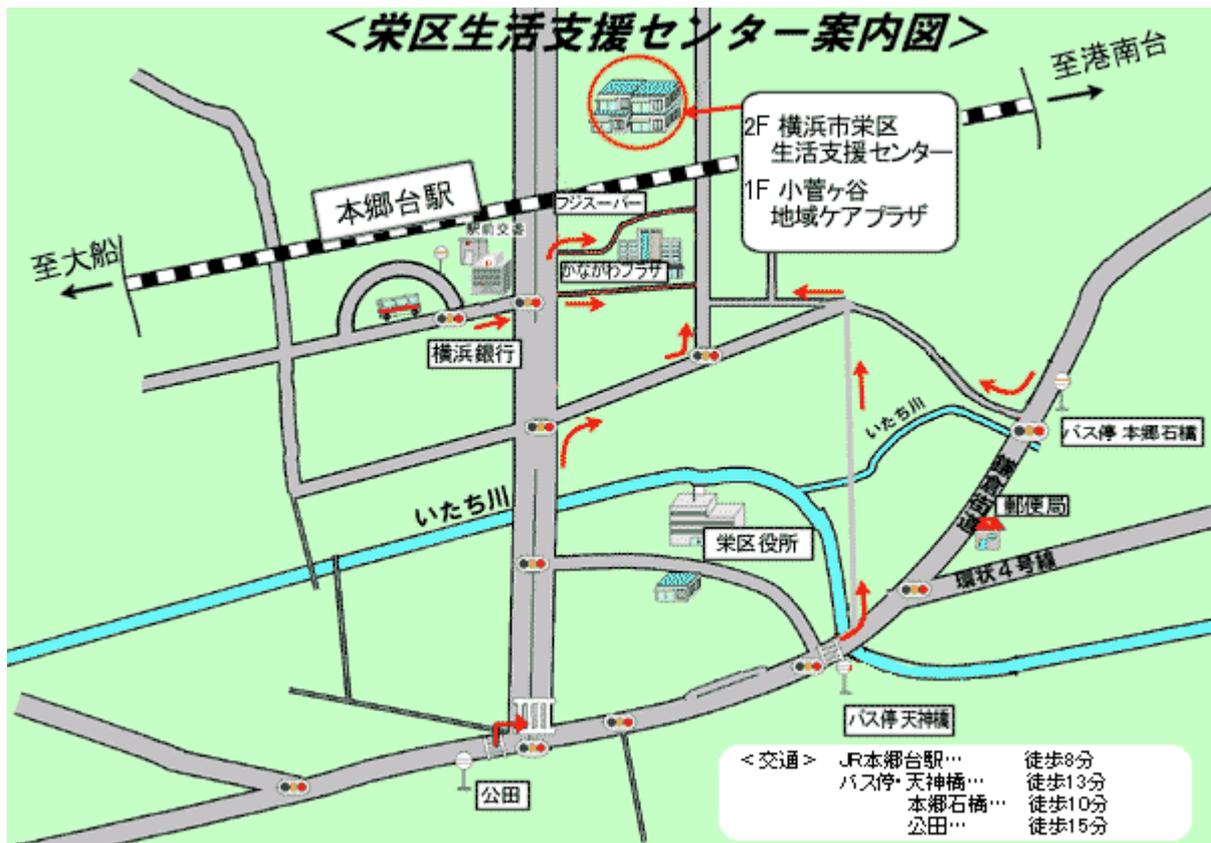
第5回：家族自身が元気を保つために

## 備考

- \* 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。
- \* 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

住所：〒247-0007 横浜市栄区小菅ヶ谷 3-32-12 2階  
栄区生活支援センター



### ★電車をご利用の方

JR 根岸線 本郷台駅下車 徒歩7分

本郷台駅を背にして左折、目の前に「あーすプラザ」が見えます。

「あーすプラザ」の左右地図上の①② どちらでも行くことができます。

### <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。

令和6年9月20日(金) までに着

郵送先： 横浜市栄区野七里 1-2-7-751 高村鈴子 宛

<問い合わせ先>： さかえ会 井汲悦子 080-5056-9159

# 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）  
金沢区・港南区・戸塚区・さかえ区の精神障害者家族会共催の

「家族による家族学習会」に申し込みます。

2024年 月 日

住所 〒 -

電話番号 FAX 番号

氏名 (病気の方との続柄)

氏名 (病気の方との続柄)

\* 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。

(例 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必要です。できれば郵送での申し込みをお勧めします。>

<郵送先> 〒247-0024 住所：横浜市栄区野七里 1-2-7-751

宛先及び氏名：高村 鈴子