

アルコール家族ミーティング

仙台市精神保健福祉総合センター(はあとぽーと仙台)では、アルコール問題をお持ちの方を抱え、お悩みのご家族の方を対象にした“家族グループ”を実施しております。普段悩んでいることや感じていること等を一緒に考えてみませんか？

このグループに参加すると・・・

- 🍀 お酒に関する正しい知識と対応を知ることができます。
- 🍀 同じ体験を持つご家族のお話を聞くことができます。
- 🍀 互いに悩みを話す中で、気持ちの整理をすることができます。



仙台市こころの健康づくりキャラクター
(ここまる)

ミーティングのルール

- 🍀 **プライバシー厳守**：ミーティングで聞いたことは家族や友人にも口外しません。
- 🍀 **言いつばなし・聞きつばなし**：ミーティングは議論の場ではありません。自分のことを語り、他の人の話に耳を傾けましょう。
- 🍀 **主役は「自分」**：自分の体験や感情、考えを言葉にしましょう。話せないときや話したくないときは、聞いているだけでも構いません。

ミーティングの内容

※おおよそ1時間半で終了します。

- ① **コミュニケーションワーク**：本人への具体的な関わり方や医療の勧め方、セルフケア等について、職員と一緒に考えます。(ワークブックをミーティングにてお渡しします。)
- ② **専門医の講話**：専門医によるアルコール問題が家族に与える影響の説明やアドバイスがあります。
- ③ **ミーティング**：一人ずつ順番に悩みや困りごとを自由に話します。

ミーティング予定表 <平成 29 年度開催予定日>

4 月	13 日、20 日	10 月	12 日、19 日、26 日
5 月	11 日、18 日	11 月	9 日※、16 日、30 日※
6 月	15 日、22 日	12 月	14 日、21 日
7 月	13 日、20 日、27 日※	1 月	11 日、18 日、25 日
8 月	10 日、17 日、24 日※、31 日	2 月	8 日、15 日、22 日
9 月	14 日、21 日、28 日※	3 月	8 日、15 日、22 日

開催日時：木曜日 午後 2 時～3 時半




会 場：仙台市福祉プラザ 10 階 第 4 研修室(※の日は第 2 研修室です。)

ご利用の流れ ☆窓口は、はあとぼーと仙台もしくはお住まいの区役所・総合支所です。

- ①**電話予約**：下記の間合せ窓口にお電話ください。
- ②**面 接**：①の窓口にて、悩み事をお伺いします。
- ③**家族ミーティング見学**：初回は見学のみとなります。職員が付き添います。
- ④**家族ミーティング参加**：日程表を見て、都合のつく日に直接会場へ行きます。

アルコール健康相談

「ミーティングは難しいな」「不安だな・・・」という方には、下記の間合せ窓口で個別に相談も受け付けています。

-  個別にお話を伺いながら、お酒の問題に対する適切な対応方法を一緒に考えていきます。
-  精神保健福祉相談員、保健師、臨床心理士等専門のスタッフが対応します。
-  秘密は厳守します。相談は無料です。

【間合せ窓口(申し込み先)】

- | | | | |
|--------------|--------------|--------------------------------|--------------|
| ○青葉区障害高齢課 | TEL：225-7211 | ○太白区障害高齢課 | TEL：247-1111 |
| ○宮城総合支所保健福祉課 | TEL：392-2111 | ○秋保総合支所保健福祉課 | TEL：399-2111 |
| ○宮城野区障害高齢課 | TEL：291-2111 | ○泉区障害高齢課 | TEL：372-3111 |
| ○若林区障害高齢課 | TEL：282-1111 | ○仙台市精神保健福祉総合センター
(はあとぼーと仙台) | TEL：265-2191 |