

このリーフレットを手にされた方へ

依存問題を持った人の家族や周囲の人々が、依存問題をめぐる苦悩や困難から解放され、その人らしい生活を取り戻していくために、家族支援プログラムを活用していただけたらと思います。

<家族支援プログラムの開催日時>

通常は

奇数月の第1月曜 14～16時

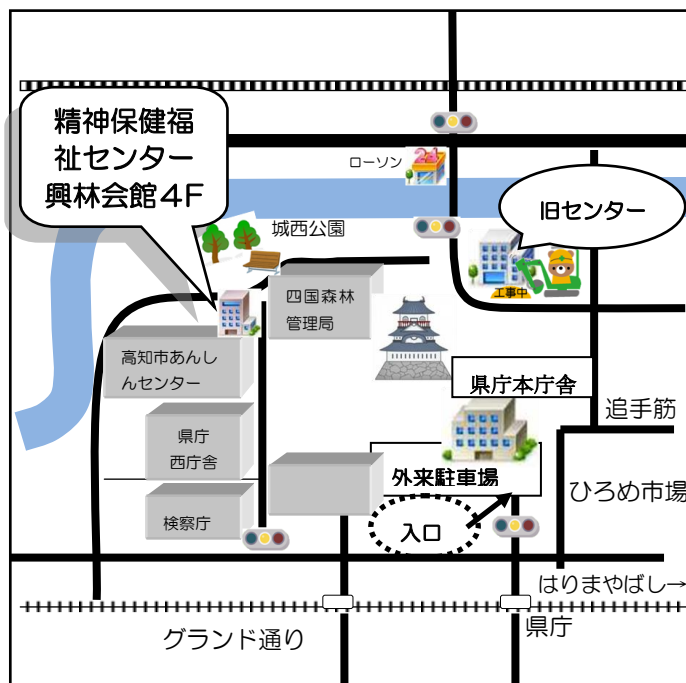
※祝日等の関係で開催日時が変更になる場合があります。詳細は別紙日程表を確認ください。

場所は

高知興林会館 3階 会議室

同じような経験や問題を持つご家族と出会い、共感と安心ができる場所で、互いの体験を語り合うことができます。また、専門の知識を持ったスタッフが依存症に関する知識や情報を提供し、適切な対応方法などについて一緒に考えていきます。

(まずはお問い合わせください)



高知県立精神保健福祉センター  
〒780-0850  
高知市丸ノ内1-7-36  
高知興林会館 4階

駐車場は、高知県庁外来駐車場、または近隣の民間駐車場(有料・自己負担)をご利用ください。

\* 県庁外来駐車場をご利用の際は、入口の係員に「精神保健福祉センターに来ました」とお伝えください。

TEL 088-821-4966

FAX 088-822-6058

お電話でのご相談、

問い合わせも受け付けています。

秘密は守られます。

様々な依存問題を持った方のご家族へ



高知県立精神保健福祉センター

依存症はその人の意志や人格の問題ではなく、脳の機能変化によって引き起こされる病気です。自分の意志の力では止められない状態にまで進行し、その人の生活や未来、周囲の人々にも影響をもたらします。

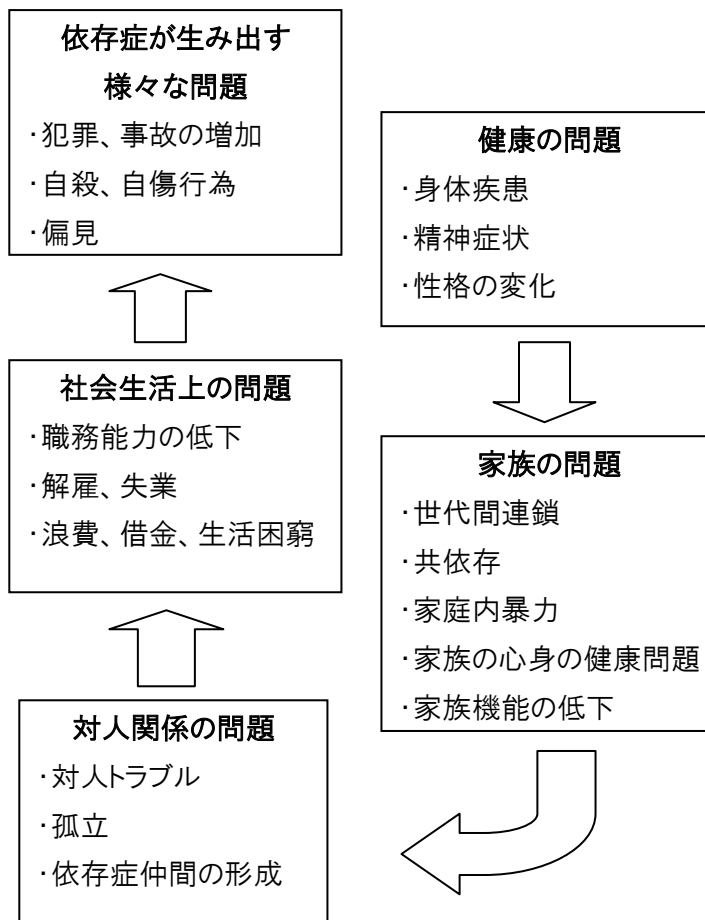
しかし、家族は病気という認識を持ちにくいことも多く、本人に代わって問題の対処をしたり、家族としての自責感を抱えて、相談をためらうことがあります。



正しい知識と理解のもとで……

家族ができる最大のことに、それは、依存症という病気の理解と依存症という病気に苦しみながらも回復しようとしている本人の力や健康な感性を尊重し、あたたかな家族関係を取り戻すことです。家族の変化が本人の回復を後押しすることがあります。

## 依存症が原因となって起きてくる様々な問題



これらの問題は依存症という病気をもたらす二次的な問題ですが、家族はこういった問題の対応に日々追われることも少なくありません。

## 家族支援プログラム

では……

### \* 家族の回復にむけて

- ・依存症に関する正しい知識や情報を身につける
- ・仲間をつくり、共感と安心を得る
- ・家族自身のセルフケアを大切にする

### \* 家族と本人が良いコミュニケーションを保つために

- ・本人への適切な言葉かけと対応を身につける
- ・病理ではなく良いところに目をむける
- ・過去ではなく現在、未来を信じる

家族支援プログラムは上記を目的として開催しています。ここで話された内容については、口外されることのないよう皆さんで約束します。

できることから一緒に始めましょう。