



京都府断酒平安会 家族会設立 準備委員会ニュース No.4

2018年5月16日発行
準備委員会ニュース連絡先
メール: shigetom@mrj.biglobe.ne.jp
FAX: 075-532-3887 (井上)

〈準備委員〉代表: 武井智子 (左京)、井上朋子 (東山)、大場利代 (右京)、竹田美貴子 (中京)、横山陽子 (北山)、田辺陽也 (大久保)、松本知子 (左京)、坪井裕子 (守谷)

★家族会の名前を決めましょう! 多数のご応募、ありがとうございました。準備委員会で候補名を次の6つに絞りました。

みやび、なでしこ、ゆりかもめ、スマイル、はっぴい、つながり この中からお一人一つ選んで投票してください。投票用紙を支部ごとにまとめて6/6の本部例会迄に準備委員にお渡しください。結果は次号のニュースで発表します!

投票してね!



★5/6 平安会 45周年記念大会お疲れ様でした
家族の方々の切実な体験談に接し、断酒会など自助グループと出会う事の大事さ、今後の家族会の活動の果たす役割の重要性を改めて考えさせられました。(大)

★和気あいあいの“家族のお茶会”でした!
平安会記念の後、京都テルサのカフェで20名の家族が集まり、お茶を飲みながら家族会の会則や今年の交流会、来春に予定の発足記念大会などについて話しました。ふだんあまり会えない人、初めての人も会えました。

家族ランチ会のお誘い

とき: 7/11 (水) 12時~15時
ところ: 松桑 (まつくめ) 下京区万寿寺通新町東入 (地下鉄 五条 歩5分)
会費: ¥1,080
申込み: 6/20 (水) 本部家族例会迄に準備委員まで
★家族の方、どなたでもどうぞ。ランチしながら話しましょう

このひと言

「本人が再飲酒、再入院した時にかける言葉として『また飲んだ!』『また入院した!』は、こちらが思う以上に本人を傷つけているんです...」

坂本満先生 (新阿武山病院 精神保健福祉士) の言葉
5/3 (祝) 滋賀県断酒同友会 41周年記念にて



★平安会の記念例会/その他研修会

- ・6/2(土)西山支部 7周年 18:20~20:40 西京区役所洛西支所 2F
- ・6/10(日)京断連北部一日研修会 10:00~16:00 宮津歴史の館 (宮津市鶴賀 2164) 参加費 1000円
- ・6/17(日)2018年AA京都地区オープンスピーカーズミーティング 10:00~16:00 ひとまち交流館 3F
- ・6/24(日)小谷クリニック第5回「家族のためのアルコール依存症基礎講座」 10:00~15:00 小谷クリニック 3F デイケアルーム (JR・地下鉄 天王寺)
- ・7/14(土)第3回左京支部 本人・家族のためのアルコール依存症勉強会 13:30~16:30 左京西部いきいき市民活動センター 「クラブを使って楽しいコミュニケーションスキルを学ぼう」 安東因院 ソーシャルワーカー 松浦千恵先生

新メンバーです!

★<報告> 4/22 (日) 家族の回復ステップ 12

オープンスピーカーズミーティングに6人で参加しました。今まで断酒会以外の自助グループの研修では京都マックに行ったことがあるだけなので、とても関心がありました。他府県の方も来られていて、多くのスピーチを聴きました。皆さんそれぞれのお話の中で、酒害者本人のことはほとんど話されず、自分の話や考えの変遷について話されていました。この会の長い積み重ねのなかで培われたものから生み出されたスピーチに、断酒会とはまた違う良さを感じました。西川京子先生は「依存症家族の回復と自助グループ」について講演され回復への道筋を教えてくださいました。(松)

S-BIRTS(エスパーツ)のおはなし

<その1>エスパーツって? ナニそれ?

皆さんはアルコール問題に直面してから断酒会にたどり着くのにどれだけの時間と労力と損失がありましたか? うちは11年かかっています。家族全員ボロボロになりました。もっと早くたどり着いていたら...って、つくづく思います。「エスパーツ」はこの長くて険しい道のりにできた「真新しいバイパス」と思ってください。アルコール問題を抱えて苦しんでいる人を治療や回復につなげるために医療や専門医や自助グループがリレーをして最短の道を作る活動です。

では、エスパーツのやり方です。アルコール問題で専門医の診察を受けた患者さんに医師が「断酒会に知り合いがいるんですけど、ちょっと電話で話してみませんか?」と持ち掛けます。同意したらその場で医師が断酒会員に電話をします。電話を受けた会員は患者さんに代わってもらってその日の例会を案内します。そして例会場で仲間とともにその人を温かく迎えます。それだけです。それだけで断酒会への定着率が飛躍的に上がります。どうですか?一緒にやってみませんか? (田辺・大久保支部)

★<報告> 4/29 (日) 和歌山断酒道場 創立 49周年記念集会に行ってきました。

平安会からは5名で参加させていただきました。白崎海岸沿いにある和歌山断酒道場。白い石灰岩が青い海に映え、岩の上にはウミネコが飛び交う姿が…。とても美しい風景に心も洗われるようでした。お昼は道場生が作られた道場汁をいただきました。とても美味しかったです。

上村道場長の「アルコール依存症者は家族と違う世界にいる」、「愛は不思議な力を与えてくれる。人間は自分に注がれている愛に感動した時、内なる力が全身にみなぎる」、「母は決して見捨てる事はしなかった。暖かい愛情。兄は母を苦しめるお前なんか死んじまえ!と言った。それも愛情。冷たい愛情。兄さん、ありがとう」とも印象的な心に響くお言葉でした。(宮)

断酒いろはかるた

は	ろ	い	断酒いろはかるた
果てしなき遠き道なる断酒道	泥酔の夫は冷房ガンガン	酒をやめるはとりあえず今日	一杯の酒に囚われ四十年
友の環ありて一日過ぐる	我ら節電暑さ中		

(藤本杏子さん作)

★平安会 各支部の家族例会の日程はウラを見てね!

<断酒会以外の自助グループの例会情報>

- *京都マック…第③金 18:30~20:30 下京区大宮通七条上ル大宮三丁目 18 かつらぎ平安ガスセンタービル 3F 無料でお弁当有り。前日までに TEL 予約 075-741-7125
- *家族の回復ステップ 12…第②土 15:30~17:00 安東医院 3F

(祝日と重なると休みになる場合あり)

- *アラノン…桂 毎木 10:30~11:30 カトリック桂教会 阪急「桂」西口歩5分
- 長岡京 毎土 13:30~14:30 長岡京市立交流センター (ハンピオ1番館内) JR「長岡京」歩1分/阪急「長岡天神」歩12分
- *ACA (アダルト・チルドレン・アノニマス) …ひとまち交流館 3F 福祉ボランティアセンターミーティングルーム
- 京都グループ (オープンミーティング) 毎金 10:00~11:30
- 京都夜会グループ 毎水 19:00~20:30

平安会の**家族例会**
医療・行政の**家族支援プログラム**
京都や他府県の**研修会**などの日程

まず、家族が笑顔になろう…!



太字は定例の会です **細字**は今月の研修会などです (詳しくはウラ面)

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
★5/24 いわくら野外家族教室 (アンテナカフェ&スペース御所西) 11:00~15:00 会費 1000円 (昼食込み) ☎075-781-1781 締切 5/16					1 <small>先着</small> 左京 <small>衣替え</small>	2 <small>広瀬</small> 西山・記念
3 <small>大宮</small>	4 <small>寺口</small> 安東・家族 右京	5 <small>先着</small> 大久保	6 <small>衣引</small> いわくら・家族 本部例会	7 <small>先着</small> 洛北	8 <small>広瀬</small>	9 <small>大宮</small> 西陣 西山 <small>今月のみ第2週</small>
10 <small>寺口</small> 京圏連1部 一日研修	11 <small>先着</small> 安東・家族 葵 <small>入場</small>	12 <small>衣引</small>	13 <small>先着</small> ひとまち	14 <small>大宮</small> (南伏見)	15 <small>寺口</small> 宇治	16 <small>先着</small> 安東・家族
17 <small>衣引</small> AA オープンスピー クスミーティング おたぎ家族	18 <small>先着</small> 安東・家族 長岡京	19 <small>広瀬</small> 中京	20 <small>大宮</small> いわくら・家族 本部家族例会 <small>更新</small>	21 <small>寺口</small>	22 <small>先着</small>	23 <small>衣引</small> 桂
24 <small>先着</small> 小谷クリニック 家族講座	25 <small>広瀬</small> 安東・家族 東山	26 <small>大宮</small> 北山	27 <small>寺口</small> 開法会館だよ!	28 <small>先着</small> いわくら・家族 山科	29 <small>衣引</small>	30 <small>先着</small>

平安会の家族例会などの日程と会場です

本部例会 第①水 19:00~21:00 ひとまち交流館 3F 会議室 京阪「清水五条」/地下鉄「五条」/市バス「河原町正面」

本部家族例会 第③水 19:00~21:00 開法会館 堀川五条下ル 市バス「西本願寺前」歩5分

<注!> **今月の本部家族例会(6/20)は開法会館です**

東山支部 第④月 18:30~20:30 やすらぎふれあい会館 京阪「清水五条」歩15分/市バス「五条坂」歩1分

右京支部 第①月 18:50~20:50 京都府立体育館 (島津アリーナ) 第6会議室 市バス「大將軍」

長岡京支部 第③月 18:50~20:50 長岡京市立産業文化会館 JR「長岡京」歩7分/阪急「長岡天神」歩5分

葵支部 第②月 18:30~20:30 京都市障害者スポーツセンター2F 京都バス・市バス「高野玉岡町」すぐ 「高野橋東詰め」北へ10分

中京支部 第③火 18:40~20:40 壬生身体障害者福祉会館2F 市バス「四条大宮」/阪急「大宮」歩5分

北山支部 第④火 19:00~21:00 鳳徳会館 市バス「北大路堀川」歩10分/地下鉄「北大路」歩15分

大久保支部 第①火 19:00~21:00 城南勤労者福祉会館

山科支部 第④木 18:40~20:40 身体障害者福祉センター 地下鉄・JR「山科」/京阪「京阪山科」歩8分

洛北支部 第①木 18:50~20:50 北いきいき市民活動センター 市バス「千本北大路」歩3分

南伏見支部 第②木 19:00~20:50 伏見区役所4F 第5会議室 京阪「伏見桃山」/近鉄「桃山御陵前」歩8分

宇治支部 第③金 19:00~21:00 木幡公民館 JR「木幡」歩7分/京阪「木幡」歩1分

左京支部 第①金 18:40~20:40 左京西部いきいき市民活動センター2F 市バス「飛鳥井町」/京都バス「御影」/京阪・叡電「出町柳」歩5分

西陣支部 第②土 18:50~20:50 西陣織会館1F 市バス「堀川今出川」すぐ/地下鉄「今出川」歩7分

桂支部 第④土 19:00~21:00 桂会館 阪急「桂」東口歩5分

西山支部 第①土 18:30~20:30 洛西境谷会館 阪急「桂」より市バス西2/JR「桂川」または阪急「洛西口」よりバス西4・ヤサカバス3号循環外回り「境谷センター前」すぐ



医療機関・行政の家族プログラムです

***いわくら病院** ☎075-711-2171
家族教室 第①③水 13:30~15:30
家族会 第④木 11:00~13:00
おたぎ会家族 第③日 13:30~15:30

***安東医院** ☎075-344-6016 (初めての方はまずお電話ください)
家族講座 第③土 11:00~12:30 費用 1000円
家族教室 毎月 11:00~12:30 費用 1000円

***京都市こころの健康増進センター** ☎075-314-0874
H30年度「アルコール・薬物問題に悩む家族への支援プログラム」
毎月③火 13:30~15:30 申込み☎で。事前面談有。京都市在住者のみ

(祝日と重なると休みになる場合あり) *京都市下(京都市以外)在住者の相談先 **京都府精神保健福祉センター** ☎075-645-5155