

一人で悩んでいませんか？

精神疾患を患った人の家族のセルフヘルプグループ

阪本病院家族SST交流会

同じ体験をしている家族が、学びあい、支えあい、
元気になることをめざします。

《こんな活動をしています》

- 毎月の集い
13:00～16:00
病気理解 コミュニケーション(SST)
を学ぶ講座 情報と経験交流
- 会報発行
集いのようす 学習会や講演会案内
みんなの体験など
- 講演会
- ご家族の悩み相談
無料 10:00～12:00
080-2517-6939 (川辺)
- 場所・日時
阪本病院 第3木曜日

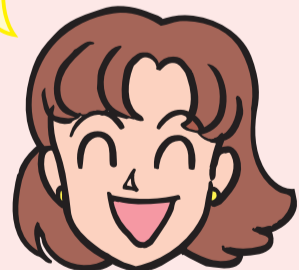


●参加者の声●

受け止めて聞いてもらえるとほっとしました。話しているうちに、考えが整理され気持ちが落ち着いてきました。

SST(コミュニケーションのコツ)相手の気持ちがわかって、自分の気持ちも言える接し方を学んでいきたいです。

親が元気で、笑顔でいられるようにしたいと思っています。



家族の集いご案内 (毎月第三木曜日開催)

同じ体験をしている家族が語り合い、
学びあって、元気になれる安心の場

年間予定

テーマ

- 4月 「親亡き後は、親ある今」～自立について考える～
- 5月 「暮らしをささえる訪問看護」看護ステーションのお話
- 6月 「統合失調症を知る」テキストを使って病気理解
- 7月 「急性期をどう乗り越えるか」
- 8月 「病気のプロセスを知る」
- 9月 「病気と折り合いをつけながら暮らす」社会資源を知る
- 10月 「家族自身が元気を保つために」家族のかかわり方
- 11月 「東大阪市保健センター相談事例について」
～家族支援の視点から～
- 12月 就労継続支援B型(ぴあキッチン)見学会と食事会
- 1月 地域活動支援センターの「つながる」支援～具体的事例～
- 2月 委託相談支援事業所の取り組み
- 3月 家族相談会「お困りごとを話し合う」

阪本病院スタッフも協力参加。多くの情報を得ることができます。