

2021 1月 みやちゃんカレンダー

2020.12.16発行 No.23 まず、家族が笑顔になろう…!

- ★平安会家族例会(表の太字が支部名)
- ★京都や近郊の研修会など
- ★京都の医療機関、行政などの家族支援プログラム
- ★断酒会以外の家族自助グループ情報
- ★通常例会への家族の参加も大歓迎!

日	月	火	水	木	金	土
●12/28(月)東山支部家族例会は中止です ●1/1(金)の左京支部家族例会、および南部屋例会は1/8(金)に変更です(左京ぜんざい例会は中止) ●1/4(月)右京支部家族例会は中止です						2
3	4	5	6	7	8	9
	安東医院 家族教室	大久保	平安会屋例会 ●zoom 家族例会 本部例会		平安会 南部屋例会 左京	西陣
10	11	12	13	14	15	16
3/11(木)京都府こころの健康セミナー 申込み1/12より開始 先着30名のみ		家族屋例会 ★スタート! → 田辺	(みやび役員会) ←傍聴OKです 平安会屋例会		京都マック家族 宇治	安東医院 ●zoom家族講座 家族例会
17	18	19	20	21	22	23
	安東医院 家族教室 長岡京	中京	平安会屋例会 本部家族例会			
24	25	26	27	28	29	30
	安東医院 家族教室 東山	家族屋例会 (親の会) ●zoom 家族例会 北山	平安会屋例会	山科		
31						

★竹村洋子先生講演録「怒りとの付き合い方」完成しました!
2020年8/30のみやび勉強会(1)の記録です。「怒りは自分の器作りをする」という先生のお話、あらためて読み返したいです。みやび会員には1人1冊ずつ支部ごとに配りました。平安会本人さんご希望の方にお渡しできます。役員にお声かけを。

★いよいよスタート! 田辺支部家族例会
日時:2021年1/12(火)19:00~21:00
場所:京田辺市社会福祉センター
<ご注意>田辺支部の例会は月曜日ですが、今回は1/11(月)が祝日のため、会場都合により、12(火)になります。

★2020年度 みやび勉強会(2)(本人との合同勉強会)
~怒りとの付き合い方(続編)~ 前回(2020年8/30)の内容を深め、ロールプレイや質問を通して日常で役立つように皆で考え合います。みやび会員も本人さんも多数ご参加ください!(要・申込み)
日時:2021年2/14(日)13:30~16:00
会場:登録会館 2F大ホール(烏丸御池 北東2軒目)
講師:竹村洋子先生 ↑180名用の部屋を90名で使用

(報告)11/19に開催された舞鶴北部セミナーに参加させて頂きました。今回で三回目となる北部セミナーは一年一年参加者が増えているそうで舞鶴・宮津断酒会に加えてAA、京都マック、それに行政関係者もおられ普段お会いできない方々とお会いする異業種交流会のようでした。前半の講演で安東医院の松浦さんがお話され生きづらさの杖としてのアルコール摂取の事、自分が変わる為には仲間が必要だということなどをお聞きしました。セミナーや勉強会に参加する度に知識は増えていき共感できる事柄が増えていきますが実際本人を前にした時にとっさに出てくる言葉は習った言葉ではなく(親から)做った言葉で本人を傷付けてしまう事やうまく表現できない事が多々あります。支援者の方の「何とか回復できたらいいなと思う。」という気持ちを家族として持ち続けたいと思いました。ありがとうございました。(松)

★12/12(土)京断連一日研修会(間法会館)お疲れ様でした。

検温、消毒、換気、マスク着用など入念なコロナ対策をとりながら開催、172名の参加者が再会を喜び、体験談を聴き合いました。以下、参加されたみやび会員の感想です↓

◎家族会分科会にしか出られなかったのですが、3階へのエレベーターに乗った時、同乗の本人の方が、「やっぱり研修会が無いとアカン!!懐かしい皆の顔が見られへん!!」とおっしゃっていたのが印象的でした。家族のかたの体験談の中で、本人の方から「お酒をやめたいのに、やめられない。病院に連れて行って欲しい」と頼まれても、依存症の事をしらず、たまたま精神科の先生がいらっしゃらずに、アルコール専門病院を紹介され、やっと病院に繋がり、家族も勉強をして良い方向に向かった事等、普段聞けないお話を聞いて、参加出来た事に感謝感謝です。帰り、間法会館の紅葉がとても綺麗でした。(醍醐のオカン)

◎全国的なコロナの渦中、久しぶりの一日研修会で緊張で一杯でしたが、遠方にも拘らず多くの方が出席され、和気あいあいの中、たくさん貴重な体験談を聞いて本当に共感したり反省したりで嬉しい一日になりました。今迄は高齢者でもあり、皆さんに迷惑をかけてもと出席しても隅の方で居るだけで疲れる方が多かったのですが、今回は体温記録するだけでも皆さんの中で関わられて楽しい充実した一日でした。ありがとうございました。(右京支部 M.S)

◎午後の「家族の集い」の分科会から参加しました。北は北陸ブロックから岡山の方まで、30名余り。7名の方の体験談を聞きました。30代の方の子どもに与えた影響の大きさや、なぜ飲むのか解からず毎晩諍いになった話など、瞬時に当時に引き戻され「病い」と知らずに苦しんだ過去の自分に反省させられました。京都先端科学大学の磯野先生の人間関係のお話も聞け、コロナ禍の中で開催の役員の方がたに心からお礼申し上げます。(藤)

~ようこそ!みやびへ~

★11月~12月に新しく入会された方
田辺支部 1名(妻の立場)
西陣支部 1名(妻の立場)
洛北支部 1名(妻の立場)
一緒に笑顔になりましょう~!

断酒川柳
笹井ます子さん作
ドクターの温いひと言生きる詩
侍を探して渡る長い橋
知恵袋少し開けては場をしのぐ