

～家族が自分らしい生活を取り戻すお手伝いをします～

精神科デイナイトケア「萌木の風」

# ファミリークラブのご案内

みなさんは1人で悩んだり、抱え込んでいませんか？

次のようなことを思っている方はいませんか？

仕事はできる?  
結婚できる?

親亡き後が心配!  
家族で安心して暮らしたい!

病気のことよく知りたい!  
再発を防ぎたい!

学校へ復帰できる?  
私に何ができる?

など、「今の状況が分からない」「本人のために何かしたい」と思っているご家族の方へ…

ファミリークラブにて一緒に学び合い、語りませんか？

## ● ファミリークラブとは…

精神疾患や  
治療について

地域で利用できる  
支援や資源について

コミュニケーションについて

様々な内容を  
講義形式で学びます。

他の家族との  
交流や情報交換

小グループに分かれて、  
他の家族とお互いの  
経験などを語り、共有します。

- ◆ 参加者は、当事者ご家族のみとなっています。
- ◆ ファミリークラブ内で話した内容を外部に口外することはありません。
- ◆ 参加時の申し込み、参加費等はありません。
- ◆ ファミリークラブの内容をまとめた通信を、希望者には郵送しています。
- ◆ 詳細を知りたい・参加希望の方は、デイケアまでご連絡ください。

毎月第3土曜日 15:00～17:00  
藤井記念館3Fにて開催いたします。  
※8月・12月はお休みです。また、11月は第5土曜日に開催いたします。

## ● 2019年の予定

6月15日(土)：「再発のサインを見極める」  
～症状自己管理モジュール 注意サイン～

7月20日(土)：デイケアメンバーによるフォーラム  
「自立について考える」

9月21日(土)：当院訪問看護PSWによる講演  
「生活の中で取り組めること」

10月19日(土)：「やる気スイッチをさがす」  
～内発的動機づけについて～

11月30日(土)：当院管理栄養士による講演  
「太っちゃったときに考えること」

2020年は、1月18日、2月15日、3月28日、4月18日、5月16日を予定しております。

※行事等の都合により変更する場合がございます。

住所:〒338-8577

さいたま市中央区本町東6-11-1 埼玉精神神経センター 精神科デイ・ナイトケア萌木の風

電話:048-857-6820(ダイヤルイン)

ホームページ:<https://saitama-ni.com> Emailアドレス:[moegidc@saitama-ni.com](mailto:moegidc@saitama-ni.com)

2019年5月15日作成