



- ★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!

まず、家族が笑顔になろう...

曜日別 例会開催 支部名	右京 田辺 長岡京 東山 葵	大久保 中京 北山 北桑 (第1・3のみ)	山科 壬生 洛北 船井 南伏見	左京 宇治 伏見 洛南 下京	西山 西陣 亀岡 桂		
日	月	火	水	木	金	土	
	5/26(日)兵庫県断酒会家族 創立30周年記念研修会			「ここセン」とは「京都市こころの 健康増進センター」の略称です。 家族支援プログラムは裏面参照。 6月のみ14時~16時です		1 西山家族例会	
2	①徳島県家族会 一日研修会	3 安東医院 家族教室 右京家族例会	4 大久保家族例会	5 平安会昼例会 本部例会	6 ここセン家族プログラム いわくら院内例会 植松クリニック家族 ●zoom家族例会	7 平安会 南部昼例会 左京家族例会	8 いわくら病院 家族会 西陣家族例会 (会場は「寶幢寺」)
9		10 安東医院 家族教室 田辺家族例会	11 みやび昼例会 大久保支部・お酒の悩み相談室 13:30-16:00 ゆめりあ宇治4F	12 ↓降聴OKです みやび役員会 平安会昼例会	13 いわくら院内例会 植松クリニック 家族ミーティング	14	15 安東医院 家族講座
16	②香川県家族会 一日研修会 ●zoom家族例会	17 安東医院 家族教室 長岡京家族例会	18 精神保健福祉総合 センター家族教室 中京家族例会	19 平安会昼例会 本部家族例会	20 いわくら院内例会 植松クリニック 家族ミーティング	21 京都マック家族会 宇治家族例会	22
23		24 安東医院 家族教室 東山家族例会	25 みやび昼例会 北山家族例会	26 平安会昼例会 エスパーツ勉会 ●zoom家族例会	27 いわくら院内例会 植松クリニック 家族ミーティング 山科家族例会	28	29
30	③小笠掛川家族 の分かち合い	「かがり火」5月号の家族会 通信に「家族会みやび」が 載りました。		京都府断酒平安会家族会みやび第6回総会を 4/20(土)ウイングス京都で開催しました。 ★出席者27名、委任状37名で総会は成立し、2023年度事業報告案、同会計 報告案、役員増員案、2024年度事業計画案、同予算案とも承認されました。 出席者から質問や感想が4件出され、そのうちの例会中にメモをとることは 是非について、役員会としての考えをお知らせします。 言いっぱなし聴きっぱなし、聴いたことはその場において帰る。そうしてこそ安 心安全な例会にすることができ、例会に参加しているわたしたちも他では話せ ないことも話せると思っています。体験談は持って帰らないようにしましょう。 総会終了後は交流会をおこない、34名の参加がありました。うち6名は非会 員。昼食、体操、自己紹介、体験談、クイズとみんなで盛り上がり楽しめました! 今年度も引き続き協力お願いいたします。(みやび役員会) ★「交流会のお弁当がとても美味しかった」「交流会に、みやび昼例会に連れて いる未入会の方も参加され、今困っていることなど色々話せて良かった」 (参加者の声より)			

- ①6/2(日)徳島県断酒会家族会一日研修会
四国霊場6番札所 安楽寺(徳島県板野郡上板町字寺の西北8)
10:00~16:30 参加は家族、支援者
- ②6/16(日)香川県断酒会家族会一日研修会
丸亀市岡田コミュニティセンター(香川県丸亀市綾歌町岡田下
516-1) 10:00~16:00 研修費:1,500円 本人参加可
- ③6/30(日)静岡県小笠掛川断酒会 家族の分かち合い
【一日体験談】の集い 菊川文化会館アエル 小ホール(菊川市
本所2488-2) 10:00~15:30 本人参加も大歓迎

<報告> 5/6(月・祝)京都府断酒平安会創立第51周年記念大会
★全国から本人、家族などの立場の人が参加され、分科会も行われました。どっ
ぱりと体験談を聞く一日でしたが、自分と似たような経験をされている家族の話
を聞くと「私もそう思った」と感じる事が多く、涙が止まりませんでした。そして気持
ちがスッキリしました。
バザーも行われ、家族会のみなさんやお客さんとのやり取りが楽しかったです。心
が温かくなる一日でした。(T.K)

★私は家族分科会に参加し、各地の家族会の方々の体験談を聞くことが出来ました。
今まさに酒害の真っ只中にいらしゃり、お辛い気持ちを吐露される家族さん。胸を
キュッとつかまれるような気持ちで聴きました。他府県からお越しくださり、お話し
いただいたことに感謝しました。本人さんが早く病気に気づかれて断酒への道を歩
まれることを願いました。
竹村洋子先生は何年も何十年も酒をやめてくれない家族の体験談に「よく話して
くださった、これからも粘り強くいきましょう」と締めくくられていました。
もう一人、病院関係者の方は「家族が病院に繋がるまで時間がかかり、次に本人
さんが繋がるまでまた時間がかかります。そして本人さんが繋がってから断酒される
までもかなりの時間を要します。私が家族の方々に言えることは決してご自分を責
めないでくださいと言うことです」と仰ってくださいました。先日、私も体験発表を
するにあたり振り返ると、自分を責めることが多くあり、その言葉にジンときました。
スタッフの皆さま、朝早くからご準備いただき、ありがとうございました。(I.O)

★みやびバザーの収益は37,800円でした。物品の提供、
当日のご協力ありがとうございました。(みやび役員会)

みやび昼例会便り
★第102回 4/23(火)12名参加 新しい家族さんに
体験談中はメモをとらないようお願いしました。
★7/9(火)みやび昼例会5周年記念例会を、京都市みぶ
身体障害者福祉会館(中京支部の例会会場)で行います。
二部屋借りました。たくさんのご参加をお待ちします。

<報告> 5/3(金)滋賀県断酒同友会47周年記
念例会に参加させていただきました。GWの初日
で京都駅は混雑していました。例会出席の前にご一緒
して下さった方々と昼食を、時間に余裕があって楽しいひ
と時を。
本人の立場から断酒8ヶ月、10ヶ月の方の体験談を聴
きいってました。自分自身を大切に
仲間の中に飛び込んで
話しをしてくださいと。
大切だと思いました。(K.K)

～ようこそみやびへ～
★5月に入会された方
西陣支部 1名(妻の立場)
一緒に笑顔になりましょう

みやび川柳
笹井ます子さん作
思ひ出がうすれて古い帽子さ
背負ってる荷物を降ろす
あと少し余命燃やして上を向
きかけが

●毎月6,16,26日は、zoom家族例会が
あります…facebook「[家]アルコール依
存症家族のグループです」の運営チーム主催のオン
ライン(zoom)家族例会です。
参加方法が知りたい、その他のお問い合わせは
alc.kazokukai@gmail.com (zoom家族会)
(facebookをしていなくても参加できます)