



- ★平安会家族会(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 (第2・4のみ)	左京 宇治 伏見 洛南 下京	西山 西陣 亀岡 桂	
日	月	火	水	木	金	土
★12/28(日)平安会忘年会 京都アスニー13:30~16:30 バザーに出品する物品を当日ご持参ください。参加費500円(弁当) みやびで楽しいクイズなどをします! 皆さん来てね~ ★年末年始の例会開催については、支部長が平安会HPで確認を。			1 いわくら院内例会 (13:30-15:30) ①新年例会	2 南部昼例会は休み (左京家族例会は次週)	3 西山家族例会は第4週	
4	5 右京家族例会	6 大久保家族例会 ●zoom家族例会	7 平安会昼例会	8「ここセン」家族プログラム いわくら院内例会 (13:30-15:30) 植松家族M	9 ②ギャンブル等 依存症講座 左京家族例会	10 いわくら病院 家族会 西陣家族例会
11	12 右京家族例会	13 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 田辺家族例会	14 歓迎 みやび役員会 平安会昼例会 本部例会 (当番:本部役員)	15 いわくら院内例会 (13:30-15:30) 植松家族M	16 京都マック家族会 ③左京ぜんざい例会 宇治家族例会 ●zoom家族例会	17 安東医院 家族講座 亀岡家族例会
18 いわくら病院家族会 (13:30~15:30)	19 長岡京家族例会	20 精保セン 家族プログラム 中京家族例会	21 平安会昼例会 本部例会は ありません	22 いわくら院内例会 (13:30-15:30) 植松家族M 山科家族例会	23	24 西山家族例会
25	26 東山家族例会 ●zoom家族例会	27 みやび昼例会 北山家族例会	28 平安会昼例会 18時~19時 役員ミーティング 本部家族例会 (当番:東山支部)	29 いわくら院内例会 (13:30-15:30) 植松家族M	30	31 ④みやび7周年 記念大会

- ①1/1(木)平安会新年例会 16:00~19:00  
妙心寺宿坊花園会館2階(右京区花園木辻北町1-5)
- ②1/9(金)令和7年度依存症市民講座  
「知っておきたいギャンブル等依存症のこと」14:00~16:00  
~家族・友人・地域にできる支援~  
ラポール京都2階ホール(中京区壬生仙念町30-2) 参加無料・申込不要
- ③1/16(金)左京支部ぜんざい例会 18:40~21:00  
京都教育文化センター3階(左京区聖護院川原町4-13)
- ④1/31(土)みやび7周年記念大会 13:00~16:30  
京都アスニー 4Fホール  
中京区築楽廻松町9-2(中京区丸太町通七本松西入ル)  
本人参加可 1/15〆切 みやびの皆さん全員ご参加ください  
体験談・面白い内容を企画中.....(バンダナ着用).....

ご注意ください... 1月の本部例会は14日と28日です。  
左京・西山家族例会は別日に変更です。

~ようこそみやびへ~  
★11月に入会された方  
長岡京支部 1名  
(妻の立場)

みやび昼例会便り  
★第140回 11/25(火)7名参加  
第141回 12/9(火)16名参加  
医療機関から紹介された新しい方や支援  
機関の研修生の方も参加されました。

<報告> 11/29(土)~30(日)関西アルコール関連問題学会(奈良)  
・鹿に出迎えてもらい 第31回関西アルコール関連問題学会奈良大会  
に参加しました。会場に入るとすごい! 立派な能舞台があり、その舞  
台の上で植松先生の記念講演は児玉語録などの昔話もあり聴きいっ  
てしまいました。終了後夕陽にむかって帰途に。有意義な1日でした。  
(横井登久子)

・分科会1「語りが生まれる内観の場~依存症家族と向き合う【私の物  
語】」で夫の体験談を語りました。  
この学会全体のテーマは「ナラティブ(物語)」です。この分科会では、  
家族が自分と向き合い、相手の立場から自分の「物語」を紐解くこと  
によって家族全体が新たな関係を築いていく、という依存症の回復過程  
について学びました。講師の竹村洋子先生は「自助グループ(家族会)」、  
真栄城輝明先生は「内観療法」という二つの回復の場の有用性につ  
いて説かれました。私は4人の家族の中で「夫の立場」の体験談の話題提  
供者です。酒害当時の大げんかの一つを取り上げ、当時の感情と14年  
にわたる断酒例会出席後の現在の感情を言葉にしました。正論を振り  
かざして相手をねじ伏せることしか思いつかなかった当時は苦しま  
ったです。14年経った今、当時の相手の想い、子どもの想いが想像で  
できるようになり、円満に暮らしています。(田邊暢也)

<報告> 12/4(木)北部セミナーに参加させて頂きました。最初に  
体験談、続いて舞鶴医療センターの看護師の方のご講演、その後シン  
ポジウム、交流会、シンポジウムでのトークテーマ「あやのわ」について  
印象に残ったのは「あやのわに来た人が楽になる」ことを掲げている  
ところで、それは本人さん、家族さん、支援者さん問わずということ  
でした。  
交流会でオンライングループに加わせて頂きました折に綾部市障  
害者支援課の方が福知山の支援センターの方に「あやのわ」参加をお  
誘いされると「今の所12月23日は空いてますが...本当に行ってい  
いんですか?」とのお返事で「どうぞどうぞ!」と話が広がっていきま  
した。福知山や、宮津にも来年は広がってほしいな...と思いま  
した。それに「あやのわ」の家族相談会についても来年何か企画を考  
えていっしょという事で楽しみです。  
今年はこの北部セミナーオンライン参加者は数名でしたが北部の会  
場まで足を運ぶのが難しい方にはピッタリだと思います。支援につな  
がる、断酒につながることは手間暇がかかるし上手いくことばかり  
では無い、それでもこの北部セミナーが多くの方々のご協力ご努力  
で開催されていることを知れました。ありがとうございました。  
(松本静香)

<今後の予定>  
2/1(日)すみれ会43周年記念大会  
13:00~16:00 長原会館1階ホ  
ール(大阪市平野区長吉長原西2-3-2)

