



- ★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 長岡京 葵	田辺 東山	大久保 北山 (第1・3のみ)	中京 北桑 (第1・3のみ)	山科 洛北 南伏見 (第1・3のみ) (第2・4のみ)	左京 伏見 下京	宇治 洛南	西山 亀岡	西陣 桂
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
4/24(日)13:30-16:00 お酒の悩み相談室in醍醐 京都市醍醐交流会館和室(パセオダイゴロー2F)			4/26(日)13:30-16:00 第8回みやび総会&交流会 ひと・まち交流館京都3階 第5会議室 出欠用紙(委任状)提出締切:4/22		1 平安会南部昼例会 左京家族例会	2 西山家族例会			
3 ①滋賀49周年記念 	4 右京家族例会	5	6 ②平安会53周年 一日研修会 本部例会 (当番:亀岡支部) ●zoom家族例会	7 いわくら院内例会 (13:30-15:30) 「ここセン」家族プログラム 植松家族M	8	9 いわくら病院 家族会 西陣家族例会			
10	11 田辺家族例会	12 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 大久保家族例会	13 家族の方の 傍聴歓迎 みやび役員会 平安会昼例会	14 いわくら院内例会 (13:30-15:30) 植松家族M	15 京都マック家族会 宇治家族例会	16 安東医院 家族講座 亀岡家族例会 ●zoom家族例会			
17 いわくら病院家族会 (13:30~15:30)	18 長岡京家族例会	19 精保セン 家族プログラム 中京家族例会	20 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:中京支部)	21 いわくら院内例会 (13:30-15:30) 植松家族M	22 お酒の悩み相談室 in 醍醐 13:30-16:00 パセオダイゴロー2F	23			
24	25 東山家族例会	26 みやび昼例会 北山家族例会 ●zoom家族例会	27 平安会昼例会	28 いわくら院内例会 (13:30-15:30) 植松家族M 山科家族例会	29	30			

~ようこそみやびへ~
★3月に入会された方
大久保支部 1名 (母の立場)

みやび昼例会便り
第148回 3/24(火)11名参加
前回来られた方が今回も参加されました。第149回 4/14(火)12名参加

<今後の予定>
・6月~12月、北山支部の会場が島津アリーナに変更
・7/14(火)みやび昼例会 7周年記念 みび身体障害者福祉会館4階研修室2・3 14:00~16:00

①5/3(日祝)滋賀県断酒同友会49周年記念例会
12:30~16:00 滋賀県立男女共同参画センター大ホール
近江八幡市鷹飼町80-4 0748-37-3751
食事なし・無料・検温あり

②5/6(水祝)平安会創立53周年記念 一日研修会
10:00~16:30 ひと・まち交流館京都3階大ホール (9:15~受付) 昼食付1500円/昼食無し500円 締切4/22
家族分科会あり 14:40~16:10 (パンダナ着用)
★他府県からの家族仲間を暖かくお迎えしましょう
★ふだん聴けない朋友の方の体験談が聴けます

<御礼> 3/31(火)中京支部の創立50周年記念例会に「家族会みやび」さんからも多数の御参加をいただき、誠にありがとうございました。支部員一同心より感謝しております。
開会早々、記念の横断幕が剥がれると言うハプニングも有りましたが、これも51周年に向けて新たなページをめくった、と良い方向に考えております。
記念例会の経験者も少なく、支部員も1年で7名も減った中、この会が行えたのも皆様方の応援、御協力が有ったからこそと思います。これからの通常例会への御参加も、お待ちしておりますと申し上げて、今回の記念例会の御礼とさせていただきます。(中京支部 支部長 高谷 健司)

<報告> 3/22(日)大阪府断酒家族会一日研修会に3名で参加。今では顔見知りの方が増えて行くのが楽しみになりましたが、入会した頃は毎回泣きながら体験談をしたのを懐かしく思い出しました。誘ってくださった先輩の皆さんに感謝しています。(西陣支部 竹田美貴子)

ここセン(京都市こころの健康増進センター<松原御前>)、精保セン(京都府精神保健福祉総合センター:<いな橋>)の、令和8年度の家族支援プログラムの日程が決まりました。
・みやびとも連携しています。
・5月は、「ここセン」は7(木)、「精保セン」は19(火)です。詳しい日程、時間は裏面をご参照ください。
・身近な人の依存症で困っている家族が、依存症を正しく理解し、本人への関わり方や、家族自身が元気になる方法を学ぶプログラムです。・ここセンは京都市在住の方、精保センは京都市以外の京都府在住の方が対象になります。

「和み(NAGOMI)~依存症を病む人の家族のための会~
西川京子先生の講義やアドバイスをいただき『依存症家族を支えるQ&A』などをテキストにして進めます。
★北グループ:毎月第1水曜日(祝日は休み)13:30~15:30
淡路福祉会館(大阪市淀川区淡路5-4-12) 阪急「淡路駅」西出口5分
会費300円 問い合わせ:伊藤圭子(090-5099-5600)
★南グループ:毎月第2火曜日(祝日は休み)13:30~15:30
和泉市立人権文化センター(和泉市柏太町6丁目1-20)
JR阪和線「信太山駅」から4分 会費300円
問い合わせ:峰由美(090-2068-0175)

「お酒の悩み相談室in醍醐」(大久保支部主催)が4月から開設されます!
・宇治で毎月開かれている「お酒の悩み相談室」が、4月から醍醐でも開設されることになりました。
・毎月第4金曜日13:30~16:00、地下鉄醍醐駅すぐ京都市醍醐交流会館和室(パセオダイゴロー2F)です。
・お酒のことで悩む家族や本人さん、まずご相談を。

<報告> 和みの会に4/1に参加してきました。
前半は西川先生の依存症の勉強と、後半には、お茶菓子を食べながら自己紹介と、短時間ながら体験談を皆んなで分かち合うことができました。
時間少しオーバーしましたが、穏やかな気持ちにさせてもらえました、5月は北部はお休みで、6月に又行きたいと思っていますので、皆さんも一緒に行きましょう。(武)

