ECOVERY

ISLAND OKINAWA 季刊リカバリーアイランド沖縄 [無料]

沖縄で 起きる奇跡 巻頭特集 「GAIAとNくんとママの物語」 特集 「自然体験合宿」

沖縄で 起きる奇跡

今回紹介する「自然体験合宿」は 沖縄という自然に囲まれた環境だか らこそできるGAIA独自のプログ ラムです。日焼けし、たくましくな る仲間たちが元気に回復していく姿 をみるとまるで一つ一つの奇跡を見

- 1 巻頭特集 「GAIAとKくんとママの物語」 ガジュマル沖縄 名嘉ちえり
- 4 「回復の島・沖縄プロジェクト」

あなた」を応援する季刊誌です。 協力のお願い ているようです。巻頭特集の物語も GAIAの仲間が起こした一つの奇 5 特集 跡ではないでしょうか。彼も沖縄に 自然体験合宿 来た当初はガリガリに痩せていてど ん底の状態でした。その彼が回復し 7 仲間の声 ていく過程で周囲に振りまいた笑顔 「楽しみ」 ぞお読みください。 琉球GAIAスタッフ 斉木 一平 2016Ryukyu-gala MOOK Art direction:Takashi Yonamine Photos By Takkaja Miyazato http://takkaja.com/

GAIAとKくんとママの物語 ~回復していく仲間が起こした奇跡~

琉球ガイア(以下ガイア)で依存症からの回復を目指している人達が、どのように周りの人に影響を与え、幸せの種を蒔いているのかが伝わるエピソードの1つをお伝えしたいと思います。

私は毎年『DV防止について様々な立場で考えるフォーラム DEMONSTRATORS~人は変われるということを自ら示してみせる人達~』というイベントを開催しており、ガイアは第1回目からスタッフ・入寮者が実行委員会メンバーとして活躍していますが、これは、その舞台裏で起きたガイアのAさんとある親子のお話です。

第3回DV防止フォーラムが行われた2015年1月。

ガイアさんは初めてキッズコーナーを担当することになりました。キッズコーナー<mark>の責任者</mark>になったAさんが子ども達が訪れるのを待っていると…。Kくんという3歳の男の子がやってきました。

Kくんはママと2人暮らし。普段大人の男の人と関わることがないため、Kくんは大人の男の人が少しだけ苦手。いつも男の人を目の前にすると固まってしまいます。だからママは、キッズコーナーにKくんを預ける時、『大丈夫かしら?』と少し心配していました。

ところが。ママの心配をよそに、KくんとAさんはすぐに仲良しになりました。Aさんにたくさん遊んでもらったKくんは、本当に楽しかった様子。その日から、お空に向かって『またAさんに会いたいなー。いつ会えるかな?』と何度も呟くようになったそうです。

ある日、Kくんは保育園でお友達に『何でKくんはパパがいないの?』と言われてしまいました。周りにいた大人達は、皆ドキッとしながら様子を見守っています。このような場面で返事ができずに困ってしまって泣き出したり、怒り出す子ども達をたくさん見てきたからです。大人達は、いつでもKくんをフォローできるように心の準備をしながら息を飲んでKくんを見つめていました。

ところが。Kくんは泣いたり怒ったりせずに笑顔のままでこう言ったのです。『僕にはパパはいないけど、Aさんがいるんだ!いいだろー!』『Aさんだけじゃなくて、たくさんたくさん お兄ちゃんやお姉ちゃんがいるんだからなー。100人ぐらいいるんだからなー。いいだろー!』『だから僕は幸せなんだぞー!』皆がビックリするぐらいの笑顔で堂々とそう言ったのです!言い終わった後のKくんは、何だか誇らしげ。Kくんのその姿に、ママは嬉しくて大泣きしてしまいました。ママはすぐにガイア宛にお礼のメールを書きました。DVフォーラムである親子が幸せを感じた瞬間でした。

そして約半年後の2015年11月15日。

4歳になったKくんは、久しぶりにAさんやたくさんのお兄ちゃん達と再会できることを心待ちにしてました。なので、会場に着いてAさんを見つけた途端、とびっきりの笑顔になり、一目散にAさんの元へと走り出しました。Kくんは何だかウルウルしています。でもAさんに飛び付いた時の顔は本当に本当に嬉しそうな幸せそうな顔でした。その様子を見たママもなんだか嬉しくてウルウルし始めています。この日のママは、安心してKくんをAさんに預け、催し物に参加することができました。

Aさんも、Kくんとの再会を楽しみにしていました。今回、Aさんには考えがありました。昨年のフォーラム後に保育園で起きた一件を聴いたAさんは、Kくんがもっともっと幸せな気持ちになれるよう、「もっとたくさんの人に出会わせてあげよう。もっとたくさんのお兄ちゃんお姉ちゃんを作ってあげよう。Kくんにもっとたくさん味方を作ってあげよう」そう考えていたのです。

Aさんは、Kくんとたくさん遊んであげたい気持ちを抑えつつ(それでもたくさん遊んであげてましたよ!)、今回は Kくんが他のお兄さん達とも満遍なく遊べるよう心がけました。Kくんは、ボランティアとしてフォーラムに参加して いたガイアの他のメンバーや、その他の団体のたくさんのお兄ちゃん、お姉ちゃん、おじちゃん、おばちゃん達に、 キッズコーナー以外の場所でもたくさん声をかけてもらいました。皆、Kくんが傍を通る度に優しく微笑みかけ、頭を撫でながら話しかけてくれます。特に、ガイアさんやダルクさんには以前にもKくんと遊んだことのあるメンバーがいたので、その人達は皆、Kくんの頭を代わる代わる優しくポンポンしながらこう話かけます。

『大きくなったなー!お兄ちゃんになってカッコイイなぁ!』『Kくんが小さい時に遊んだことあるんだぞ!覚えてる?』そう言っては次々にKくんの顔を覗きこんだり、代わる代わる抱っこしたり。『重くなってるー!』『いっぱい食べたなぁ!ママのごはん美味しいんだねー。羨ましいな』なんて声も聞こえてきます。Kくんの顔はキラキラし

実はその様子を見て一番喜んでいたのはAさんでした。

キッズコーナーやそれ以外の場所でKくんが色んな人と楽しく遊べている姿を見たAさんは、『Kくんは色んな人と満遍なく遊べたよ。この間会った時より成長してるよ』と、それはそれは嬉しそうにしていました。そしてAさんは、ママにそっと伝えました。

『Kくんは本当に優しい子だね。いっつも優しいよ。(相手に)大丈夫?が言える子だよ。Kくんは幸せなんだね』 これまで頑張って一人でKくんを育ててきたママは、Aさんの言葉が嬉しくて嬉しくて涙が止まらない様子。催し物の 途中でも、キッズコーナーから子ども達の楽しそうな声が聞こえてくる度に涙を流していました。

実はママには、小さな頃から独りで泣く癖がありました。いつも誰にも知られないように声を圧し殺し、そっと隠れて独りで泣く癖がありました。それは悲しい寂しい癖でした。でもこの時のママは違いました。人目も気にせずに涙を流すことができました。もうママは独りぼっちではなくなっていたのです!ママは、Aさんをはじめとするボランティアの皆さんの優しさに包まれて、幸せな気持ちで泣きたい時に人前で涙をちゃんと流すことができるようになっていました。

ママはこの日は泣くだけでなく、たくさん笑っていました。フォーラムの最後に、Kくんが、キッズコーナーを訪れた他の子ども達や、Aさんやガイアのメンバーと手をつないで舞台にあがり

『みんな、仲良くしましょう!』

元気な声で挨拶をした時。ママはその日一番の笑顔を見せました。それは心から幸せを感じた優しい温かな<mark>笑顔でした。</mark>

そして。フ<mark>ォーラム</mark>が終わって、<mark>お</mark>別れの時間がきた時のこと<mark>です。</mark>

Aさんは、<mark>最後に</mark>Kくんをギュウって抱きしめながら『僕はいつでもKくんの味方だからね』と言い、Kくんに風船の 束を手渡しました。

翌日。Kくんは『Aさんと遊んだー。た<mark>くさん</mark>のお兄ちゃん達と<mark>遊んだー』と、それ</mark>はそれは嬉しそうに保育園で報告をしました。そして、Aさんからもらった風船を保育園に飾って欲しいと先生にお願いしました。

「Kくんにたくさんの味方・仲間を作って、もっと幸せにしてあげたい」と願ったAさんの気持ちが伝わったのでしょう。Kくんは、大好きなAさんにもらった風船を独り占めしたりせずに、他のお友だちにも幸せのおすそ分けをしてあげたのでした。

ママは今回も<mark>嬉しくて嬉</mark>しくて何回も泣きました。でもその涙は幸せの涙でした。今回のDVフォーラムも、ある親子を幸せにしたのでした。

その年のクリスマス。

AさんをリスペクトしてやまないKくんは、サンタ<mark>さん</mark>にこうお願いしたそうです。

『5歳になったら、Aさんと約束したから逢えますように…』

KくんはAさんと何を約束したのかを教えてはくれないけれど、ママの心はとても温かくなったのでした。泣き虫ママは、いつの間にか笑顔の絶えない人に変身していました。

子ども時代からたくさんの傷つきを抱えて生きてきたママの凍りついた心を溶かしたのは、サンタさんでも、白馬に乗った王子様でもなく…、Aさんをはじめとするガイアやダルクの『変わり続けたい人達』だったのです!依存症からの回復を目指している人達は、自分達でも気づかないうちに、周りに幸せの種を蒔き、その花が開くお手伝いをしていたのでした。

今ではママは、『Aさんだけでなく、あの場所でボランティアをしていた人達は、皆キラキラしていて眩しかった!変わり続けたい人達は皆ステキ!』と話し、変わり続けたい人達の一番の応援団になっています。

第3回・第4回DV防止フォーラムの舞台裏で起きたガイアとある親子の物語。いかがでしたか?

DV防止フォーラムは、今年は10月1日(土)に沖縄市民会館中ホールで開催致します。今年は、どんな物語が誕生するのでしょうか?あなたのその目でお確かめ下さい。皆様のご来場をガイアのメンバーと共にお待ちしております。



「変わろうとし続ける人たち」と共に

名嘉 知恵理 (なか ちえり)

琉球大学(臨床心理学専攻)卒業後、心療内科勤務等を得て、平成16年度より沖縄県DV加 書者対策事業に従事。現在は更生保護法人がじゅまる沖縄DV加害者更生相談室研究員と して、DV加害者の更生相談や、関係機関及び専門機関職員等を対象とした研修や中高校 生・一般県民を対象とした講演活動、大学・専門学校等での講義等を行っている。

RECOVERY | SLAND OKINAWA RECOVERY ÍSLAND OKÍNAWA VOL.13 2016 RYUKYU-GAÍA MOOK Art dírectíon: Takashí Yonamíne Photos By Takkaja Míyazato

http://takkaja.com/

大学卒業後に働き始めた心療内科で一番最初に担当した患者さんは依存症の方でした。その日から依存症者との関わりが始まりましたが、依存症の方々は、まだまだ未熟だった私を本当に困らせたり悩ませてくれました(笑)。でもその一方で、私が困った時に助けてくれたり力になってくれたのも彼らでした。彼らとの関わりを通して、私は様々なことを教わり、人間的に成長していくことができたように思います。私はいつの日からか、依存症者と関わることを「大変だ」と思うよりも、「楽しい」と感じるようになっていました。そして、ただ目の前の患者さんに関わるだけでなく、自助グループや治療共同体にも関心を持つようになっていました。

職場が変わり、虐待やDVの問題に取り組むようになった後も、私と依存症の方々との関わりは続きました。それは、沖縄ダルクの当時の代表のMさんと出会い、施設見学やミーティングに参加させていただく機会を得たからです。そんなある日、彼は私に『依存症者には仲間はたくさんいるけれど、社会に出た時に友達がいない。だから施設で回復しても、社会に出た後に孤立してしまい、また元の状態に戻ってしまうことがある。偏見を持たずに友達として受け入れてくれるのは薬物と何らかの形で関わっている"不健康な人"ばかりだからこそ、ついそこに戻ってしまうんです。だから、"健康な人"として、僕の仲間達とも"友達"になって欲しい。僕の足りない部分を補う良き友人となって欲しい』と言いました。Mさんは、その頃できたばかりのガイアについても色々と教えてくれて、『僕の友達だから、そのうちガイアとも仲良くしてくれると嬉しい』『施設は違っても僕達は皆同じ問題を抱える仲間だから、ダルクだけでなくガイアや他の仲間達、OBとも友達になって欲しい。僕がいなくなってもずっと仲間達の傍にいる人でいて欲しい』と言いました。私は『友達が大事に思っている人達は、私にとっても大事にしたい相手で友達だよ』と返事しました。こうして、私と彼の仲間達との間には、「支援する側」と「される側」という関係ではなく、"健康な友達"としての関係。お互いを思いやり助け合い、嬉しいことも苦しいことも共に分かち合うという友人関係がスタートしたのです。いつしか私の周りには依存症者の友達の輪が広がっていき、気づくとガイアもダルクと同じくらい大切な存在になっていました。

依存症の人達は、薬や酒を使ってコミュニケーションをとり人間関係を築いてきた人達が多いので、シラフだとどうコミュニケーションをとっていいのかがわからず人間関係を深めていくのが苦手です。お喋りで人懐っこく見える人でも、実は本音を話せずに常に緊張しているということも多くあります。だから新しい人が来る度に緊張が漂っています。でも、目の前の人が"安全な相手"だということがわかるようになってくると、だんだん緊張感が薄れていきます。目を合わせてくれるようになり、挨拶してくれるようになり、自然と笑ってくれるようになって、いつしか気持ちを話してくれるようになっていきます。最初のうちは、自分を良く見せようという恰好つけた気持ちだったり、仲間との違い探しをする中で起きる愚痴や不満だらけの気持ちばかりであったとしても、気持ちを話して受け止めてもらう心地よさを経験しているうちに、心を開いてくれるようになっていきます。喜びや楽しい時間だけを一緒に過ごし、"いい所"だけを見て存在を受け入れているのではなく、悩んだり落ち込んだり、つまづいたりしても傍にいてくれる存在ということが実感できるようになってくると、恰好悪いところや弱さも見せてくるようになり、本音で話せる間柄になっていきます。問題を抱えた時に相談できなかった人が、自分の格好悪いところや弱さを曝け出し、自分の気持ちを落ち着けたり整理したり、自分自身を勇気づけたり背中を押すために、薬や酒を使う代わりに色々と打ち明けてくるようになっていくのです。

すると、最初は不満だらけで仲間の話を聴くのが苦手だった人でも、仲間の話を聴くことがだんだんできるようになっていきます。そのうち相手の気持ちも想像できるようになり、自分で自分を落ち着けることだってできるようになっていきます。最初はブツブツ不満を口にしながら仲間の手助けを行っていたような人でも、だんだん楽しみながら手助けを行うようになっていきます。そうやって仲間のことを思いやれるようになってくると、相手の痛みや喜ぶ顔まで想像した言動がとれるようになっていくのです。

そうなってくると、お互いに大切な存在になるわけですから、施設を退寮した後でも交流は続いていきますし、そのうち自分にとって大切な人(家族や恋人、友人etc)とも仲良くなって欲しいなと思うようになり、どんどん大切な人達の輪が広がっていきます。そう。これは、人が初めて出会いお互いの存在を認め、会釈したり言葉を交わしたり・・・と少しずつ距離を縮めていく中で起こる"普通のこと"なんですが、それを薬や酒を使わなくても自然にできるようになっていくのです。それが"回復"なのだと思います。依存症者は仲間同士でお互いにサポートし合うことで回復していきますが、私と彼らも"友達"として相手のことを思いやり、お互いの力になるために協力し合うことで絆を深め、友達の輪を広げてきました。その過程で、紹介した「ガイアとKくんとママの物語」のような出来事も起きているのです。



Recovery island · Okinawa Project



私たち琉球GAIAは『公益財団法人みらいファンド沖縄』の協力を得て「回復の島・沖縄プロジェクト」を発足しました。
このプロジェクトは3つの柱で構成されています。

「個に応じたリハビリの提供」 「リハビリ環境の整備」 「依存症についての啓蒙活動」

『みらいファンド沖縄』

検 索

ぜひ『みらいファンド沖縄』のホームページをご覧ください。 私たちの活動にご支援ご賛同をお願い申し上げます。

辺戸岬



中縄最北端の岬。 晴れた日には与論 島が見えます。ウミ ガメの遊泳ポイント でもあります

タナガーグムイ



タナガー(川エビ)が 多く住んでいる清流 です。ターザンロー プはGAIAの恒例行 事になっています。



(2こ)が名前の由 来で、2股の流れが 1本の滝になること からこの名前が付い たそうです。

古宇利島



約3·5kmの古宇 利大橋は沖縄本島 屈指の絶景ポイント になっています。橋 を渡っていると海の 上を走っているよう な感覚になります。



山原とかいて「ヤンバル」といいます。沖縄県 北部の総称です。自然に囲まれた沖縄本島 の中でも特に手つかずの自然に囲まれた環 境で、「ヤンバルクイナ」や「ヤンバルテナガコ ガネ」「アカショウビン」等の固有種も多く生息

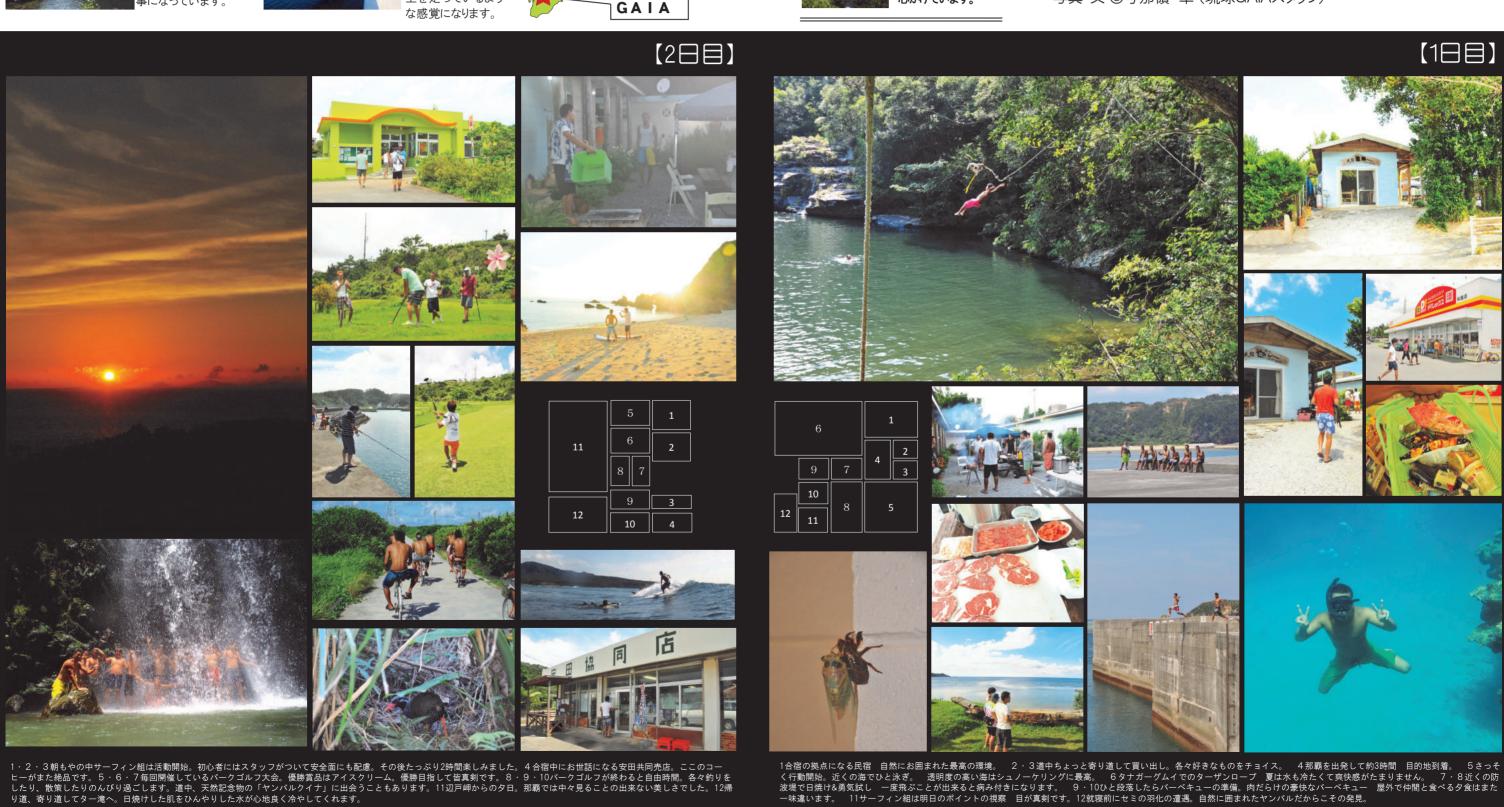


している地域です。 合宿ではヤンバルを中 心に今回紹介した4つ のプレイスポット以外で も季節に応じたプログラ ムを提供できるように 心がけています。

自然体験合宿中

日常を離れ、沖縄の山原で自然を満喫し、楽しみながら仲間と 共に回復していくための2泊3日の合宿の流れを紹介します。

場所:沖縄県国頭村 名護市 東村等の北部全域 写真·文 〇与那嶺 卓(琉球GAIAスタッフ)



1合宿の拠点になる民宿 自然にお囲まれた最高の環境。 2・3道中ちょっと寄り道して買い出し。各々好きなものをチョイス。 4那覇を出発して約3時間 目的地到着。 5さっそく行動開始。近くの海でひと泳ぎ。 透明度の高い海はシュノーケリングに最高。 6タナガーグムイでのターザンローブ 夏は水も冷たくて爽快感がたまりません。 7・8近くの防波堤で日焼け&勇気試し 一度飛ぶことが出来ると病み付きになります。 9・10ひと段落したらバーベキューの準備。肉だらけの豪快なバーベキュー 屋外で仲間と食べる夕食はまた一味違います。 11サーフィン組は明日のポイントの視察 目が真剣です。12就寝前にセミの羽化の遭遇。自然に囲まれたヤンバルだからこその発見。

ECOVERY

ラム



ダイナミクスプログラム講師

一平(さいき いっぺい 1977年生 東京都出身 (略歴)

ため

間

私立堀越高校卒業 平成12年 NPO法人琉球GAIA スタッフ研修 平成24年RDプロバイダー資格取得 平成26年 NPO法人琉球GAIAスタッフ

の

ま

覚える前の自分は、 と遊びに行く時、 ま 来ていたと思います。 み」たいからというのがありまし たいと思います なります。 ると思うと雨の日もそんなに憂鬱じゃなく いているのですが、 夏目前で梅雨入りしジメジメとした日が続 すが 僕が薬を使い始めた理由の一 斉木一平です。 今回は 6月を迎え、 「楽しみ」 これを過ぎたら夏が来 琉 球 G A I について書き ここ沖縄も

Aスタッフ

をやっている時も、

仲間と海に遊びに行

ても、

沖縄の綺麗な景色を見に行ったり、

か!」と思っていました。

しかし後になっ

「楽

使いながら遊んでいたせいで心の中では

「シラフで遊んでも楽しい訳ないじゃない

カラオケに行ったりしても。長い間、

薬を

む」事が出来なくなっていました。 しくありませんでした。 なしでは我慢することが出来なくなってい 比例して我慢しなくてはいけない時 たはずの薬だったのに、 が経つにつれ の道具の一つになりました。しかし時 それからは僕の中で薬が、 薬をやめて最初の時期は何もかもが楽 ほどなくして依存症の回復プログ 先輩から薬を勧められた時 クリー 「楽しむ」ために使ってい 両親とお祭りに 楽しむ事がきち 好きな事しかしてい ンが与えられま 仲間とプログラム 薬がないと 「楽しむ」 それに 行くと ŧ んと出 「楽し 友達 薬を 過 は縮小 E, り空いた穴をサーフィンが埋めてくれまし 中で、 生きづらさは取れませんでした。 外の人達との交流の場を作ってくれたり せてくれたり、 た。 でした。薬を止めることで心の中にぽっか 去や未来の事ばかりを考えてしまい今を見 を開けていなかったからだと思います。 ステップに取り組みました。 てから依存症の回復プログラムである12 ました。しかし、 るキッカケ作りをしてくれたり、 ンの道具になってくれたり、 なったと思います。 だいぶ笑顔も増え楽しむ事も出来るように ていなかったりと。 れは自己中心的な考えが原因だったり、 れだけでは僕の中の自己中心性という病気 で仲間に心を開けるようになってからは、 ンをしている時は「楽しい」のですが、 サーフィンが日々のストレスを発散さ 僕が回復していく上でとても役に立ち 自分が一番楽しめたのがサーフィン しなかったからです。 緒に薬を止めている仲間達に心 仲間とのコミュニケーショ

海外旅行をす

依存症以

Ŋ す。 思えるようになりました。この経験を通し サービスをやってみようかなと思ったり。 と思えるようになったり、 む」ためにクリ もっと縮小させることができれば 今までつまらないと思っていたものが かげで、 考えが芽生えるようになりました。 ました。 む」時は自分優先の ようになってからは、 います。 はじめました。 み」ももっと増えるのではないかと思い て、 んなに悪くないなあ、 なってからは、 み」に変化が起きました。 取り 僕は人生を「楽しむ」ために薬を使い 病気の症状の一つである自己中心性を 自助グループのイベントが「楽し 組 しか 仲間の中での所属感が強くなった んで自分の自己中心 Ļ ーンを続けていきた これからは人生を 「みんなと楽しむ」という 自分を見つめるように 「楽しみ」方をしてい 逆に楽しいかも」と 自分の中での 自助グル 今までは 性を見つめる そのお いと思 ープの 「楽し ま

過 そ



サーフィンだけでは僕の

サーフィ

*「クリーンが与えられる 薬物なしで生活ができることです。

12ステップ

それに気づい



いう思いから、 やっていた先輩がとても楽しそうに見えた 去の楽しかった事を思い出すとキリがあり なかったのではないかと思うところもあり せん。 。 はなんの躊躇もなく薬に手を出しまし 彼女とデートしている時などなど。 先輩と一緒に楽しみを共有出来ると (笑)サッカーをしている時 僕が薬を初めてやった時も、 つに た。 「楽し 薬を ٤ しみ方」を忘れてしまっていたというの て気付くのですが、単純にシラフでの 当 時

「楽しむ」という事の

時間が過ぎふとした事

琉球GAIAの家族支援プログラム

Family support

文=鈴木文一

薬物依存症の治療や回復には、ご家族の果たす役割が非常に大きいという事が実証されています。琉球GAIAでは「家族と共に回復する」 という考えのもと、ご家族の方にも「家族支援プログラム」の参加を強くお奨めしております。

依存症と言う病気をよく理解出来るようになる事。ご本人に対する適切な対応や、コミュニケーションを行えるようになる事。依存症か ら回復出来るという事をご家族が信じられる事を大きなテーマにしています。また、家族会のグループがオープンである事、他の援助者 や、治療機関と連携が取れている事も大切にしている事の一つです。グループに参加することで、ご家族に笑顔が戻り、本人同様、ご家族 自身が仲間と出会い、回復を支援する為に必要な知識や情報を共有できる場所となるよう心がけております。

グループで学んだ事を実際の生活に活かせるようになるには、個別支援も必要になります。個別のカウンセリングを通して個々の問題を 整理しながらグループに参加して頂けると、教育プログラムの効果が最大限に発揮されると考えております。

また緊急時の対応に関しましても出来る限りのサポートをさせて頂きます。

琉球GAIAをご本人様が利用する、しないにかかわらず下記の家族会にはご参加頂けますので是非ご参加ください。

address

GAIA家族会 会場: すみだ産業会館8・9階

〒130-0022 東京都墨田区江東橋3-9-10 TEL:03 (3635) 4351 東京家族会とハイビスカスは、会場も開催日時も異なりますのでご注意ください。

map すみだ トリフォニーホール 一館糸町駅 JR総武線 糸 #I 至魚戸 至西国 錦糸町駅 京葉道路 0 5 すみだ産業会館 錦糸町公証役場 8 · 9階 すみだリサイクル センター 馬車通り

依存症の問題を抱えた多くのご家族、琉球GAIAのス タッフ、OB、専門家を迎えてのセミナーなど、依 存症に悩むご家族の方々にとって非常に内容の充 実した家族会となっております。

毎回40名ほどのご家族が参加されておりますが、初 めてお越しの方でも参加しやすいようなアット ホームな雰囲気作りを心がけています。

すみだ産業会館にて毎月第2土曜日の18時~20時 30分のスケジュールで開催しております。 参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡ください。

琉球GAIA: 098-831-2174

information

「ハイビスカス」は薬物依存症や様々な問題を抱 えた娘を持つ母親を中心にしたグループです。娘 とのかかわり方、対応の仕方をテーマにミーティ ングや勉強会を行っています。一人で悩まずに、 同じ問題に取り組んでいる仲間たちと一緒に体験 一人で悩まずに や気持ちを分かち合ったり対応の仕方について勉 強しませんか? ご参加お待ち致しております。

場所:東京都港区芝5丁目18-2 港区勤労福祉会館2F

日時:毎月第1十曜日 (祝祭日は休み) 17時~20時30分 (無料)

参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡下さい。

琉球GAIA: 098-831-2174

沖縄県内の依存症の問題を抱えたご家族の為の 家族会です。琉球GAIAスタッフが中心となり、こ 家族の方からの質問や、本人とのかかわりについ て具体的に提案する形で行っております。

場所:沖縄県立総合精神保健福祉センター2F

日時:毎月第2第4月曜日(祝祭日は休み)

19時~20時 (無料)

参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡下さい。

琉球GAIA: 098-831-2174

関西圏で依存症の問題を抱えたご家族の為の家 族会です。元・琉球GAIAスタッフの杉上を中心と して、毎月専門的な講話や家族間での話し合いな 、充実した内容の家族会となっております。 ご参加お待ちいたしております。

場所:兵庫県尼崎市南塚口町1-5-13

美容院ルーナロッサビル3F(参加費4000円)

日時:毎月第3木曜日の15:30~17:00 参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡下さい。

琉球GAIA: 098-831-2174

call us anytime

※ご不明な点や、各ミーティングに関してのお問い合わせ、お申込みは、琉球GAIA 098 (831) 2174までお問い合わせ下さい。

依存症は、病気ですか。

依存症は、進行しますか。

依存症は、人間関係の病気ですか。

依存症は、治療すれば回復しますか。

はい、そうです。

アルコール 薬物 ギャンブル



緒に、考えよう

RECOVERY

ISLAND OKINAWA

2016年 7月発行

発行|特定非営利活動法人アルコール・薬物依存症 リハビリセンター琉球GAIA

〒902-0078 沖縄県那覇市字識名1102-16 TEL:098-831-2174 FAX:098-831-7174

MAIL: mail@ryukyu-gaia.jp

薬物・アルコール依存症リハビリセンター琉球GAIA 【GAIA東日本相談センター】

25 03-5800-5121[GAIA西日本相談センター]

25 06-6433-5111[沖縄ケアセンター琉球GAIA]

2 098-851-3535

フリーペーパー(無料)です、ご自由にお持ち帰りください。