



## わたしたちの想い ～Sunミーティングという名前～

みなさんは「北風と太陽」  
というお話をご存知ですか？

『太陽と北風はある旅人の服を  
どちらが脱がせられるか勝負し  
た。北風は力づくで脱がせよう  
としたが、上手くいかない。太  
陽は旅人を照らし、自ら服を脱  
ぐように仕向け、成功した』

こんなお話です。

プログラムの方針は  
「北風よりも太陽のように」

みなさんが自らの力で依存とい  
う重い服を脱げるお手伝いをし  
たいと思っています。

大切な人がお酒がなくても充実した生  
活を送れるよう、あなた自身の関わり  
方や対処法をちょっとだけ工夫してみ  
ませんか？



### 3つの目標 (当事者支援プログラムの目標)

- ・賢くなる (勉強する)
- ・つながる (孤独にならない)
- ・長生きすることを目指す

## SunSunミーティングの内容を紹介します

### プログラム内容



#### <対象>

本人のお酒等に関する心配事  
がある家族

#### <場所>

当院 西棟4階作業療法室  
外来待合室でお待ちください

#### <時間>

毎月第1木曜日  
14:00～15:30

#### <内容>

CRAFT (講義とグループワーク)  
※CRAFT (コミュニティ強化法と  
家族トレーニング) とは…  
アメリカで開発された家族のため  
のプログラムです。

テキストを用いての学びと実践で、  
よりよいコミュニケーション方法  
や対処法を身につけて  
いきましょう。



### 担当スタッフ

下記の職種が担当します。

- ・医師
- ・精神保健福祉士

### 参加にあたって



#### ① プライバシーに配慮しましょう

プログラム内で出た話は  
「ここだけの話」です。

#### ② 発言は自由です

話したくない場面では  
「パス」することができます。

#### ③ 欠席の際はご連絡ください

### 費用について

参加費：1,000円 (1家族につき)

※外来受付へお支払いをお願いします