



家族の集まり、障がい当事者の集まりが、
セルフヘルプ(自助)グループとして
活動しています。

中央区家族会



昭和 56 年 9 月に心の病を抱える人の家族が、中央区保健福祉部（当時中央区保健所）からのお声掛けのもとに共に集い、中央区家族会が始まりました。

各個人がめいめいに自分だけで背負っていた重たい荷物。それを、語り合い、分かち合い、共感することによってゆっくりぼちぼちと荷を下ろし、多少なりともそれぞれが楽になりました。

それには、沢山の時間を要しましたが、先の見えない、どうしたらよいのか見当もつかないことでも、いろいろな人の意見や実践を聞き、参考にすることで明るい見通しが見えるようになり、また辛いしんどい思いが軽減出来るようになりました。

現在は、家族会も高齢化し、中央むつみ会法人と二人三脚で取り組んでいます。

家族会は、年間 3 回、法人本部のある 神戸市生涯学習支援センター（中央区吾妻通）にて開催していますが、併せて、法人本部が家族教室を開催し、新しい会員の家族の方々と共に病気のこと、薬のこと、障がいのこと、家族としての接し方のこと等々を学んでいます。

障がいある方の家族なら、どなたでも参加できます。ぜひご利用ください。