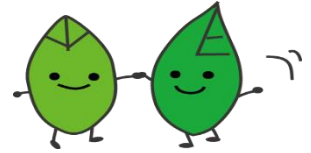


【 土浦地方家族会へのご案内 】

一人で悩まず、土浦地方家族会を気軽におたずねください。

家族会はきっとあなたのお役に立ちます。



家族が精神疾患にかかった時、家族はこの事態をなかなか受け入れることができません。「家族だけで何とかしなければ！」との思いから、誰にも助けを求めることができず、孤立した状況が続いて生活が一変してしまうことも少なくありません。

家族会は「集まって」・「語り合う」ことから始まります。「自分だけじゃなかった、こんなに多くの仲間がいるんだ」と安心感でこころがほっとします。専門家の「共感」と違い、同じ立場の家族同士では「分かり合い」・「分かち合う」ことができます。家族会には多くの家族の沢山の体験に基づいた情報があります。家庭以外の居場所を見つけることで、家族は元気を取り戻します。

家族会に入るのは難しくありません。少しの勇気をもって一步を踏み出し、同じ悩みを持つ仲間として、共に活動して行きましょう。仲間はあなたを待っています。



◎土浦地方家族会◎

【支援機関】

茨城県土浦保健所
電話 (029-821-5342)

茨城県竜ヶ崎保健所
電話 (0297-62-2161)