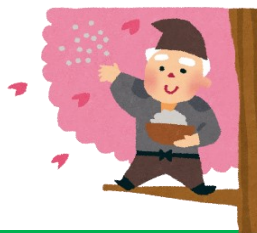




# 2024年04月予定表

## こころの集い 凧の会



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
		ミンクール (室蘭) 18:00~19:30				
7	8	9	10	11	12	13
				みらい館 (伊達) 18:30~20:00		クリニック銀杏庵 ミーティング 14:00~16:00
14	15	16	17	18	19	20
		ミンクール (室蘭) 18:00~19:30				有珠アルトリ海岸 ビーチクリーン 10:00~11:30
21	22	23	24	25	26	27
有珠アルトリ海岸 ビーチクリーン (予備日)				みらい館 (伊達) 18:30~20:00		登別ミーティング 総合相談支援センターen 9:30~11:30
28	29	30				
みらい館 (伊達) 10:00~12:00						

○参加して頂く方への御了承のお願い  
 今月より各ミーティング参加費として**300円**を頂き、適切な運営に活用させていただきますので御了承をお願いします。

### 今月のテーマ：なぜ依存症になってしまったのか！体験談を語ろう！！

私にとって、依存症は蟻地獄の様なイメージでした。  
 簡単に手に入るアルコールを飲み続けてそれに頼り、無意識のうちにずるずる飲み続け、アルコール依存症になっていました。  
 家族がロープを投げてくれても掴もうとせず気にもしていませんでした。蟻地獄の中で孤独になり、家族と言う形が壊れかけ、自分のこころも疲れ果てた時  
 によやくそのロープが眼に入って必死で握りしめ、はい上がり酒を辞める決心をしたのです。  
 我慢の断酒から2年目位に安定期に入り一番疑問だったのは、なぜあんなに酒に依存していたんだろう？自分の性格、昔からの習慣や環境、この依存した原因を自分なりに納得する事が再発防止への手がかりになると思います。家族の方は客観的にみてなぜ当事者が依存症になったのか、今はどの様になったのか？変わろうとしているのかを語って頂けたら幸いです。