



# 家族教室だより

第128号  
平成30年2月22日

## ☆2018年1月27日（土）家族教室が開催されました☆

今回の家族教室は12名参加していただきました。ありがとうございます。

前半は笑み筋体操です。今回は PSW 旭が担当し、「2018年クイズ」を行いました。2018年に開催されるイベント等を○×問題にして答えていくというものです。東京ディズニーランドの開園年数、国体の開催県、今年のサッカーワールドカップのこと等を出題しました。ご家族さんからは「今年は意外とイベント多いんやな」、「これは知っている」等声が聞かれ、笑顔で話しながら行っている姿が印象的でした。このようにストレス発散をすることも家族教室では大切にしています。これからもご家族さんが気分転換出来るような笑み筋体操を考えていきたいと思ひます。

後半は、統合失調症の講義とお困りごと相談会を行いました。今回はお困りごと相談会の報告をしたいと思います。

お困りごと相談会では新たに参加されたご家族さんからご本人さんとのかわり方について相談がありました。以前から参加されているご家族さんよりかかる際のポイント等についてアドバイスされる場面や「今度、和歌山市で家族会の研修あるから参加してみたらどう？」と研修の情報を伝える方もいらっしゃいました。ご家族さん同士でアドバイスし、一緒に考えることができるのが家族教室の良いところだと改めて感じた瞬間でした。

最近では、新しいご家族さんの参加も増えていて、徐々に人数も増えてきています。「病気が分からない」、「他の家族さんの意見を聞いてみたい」等考えている方は家族教室の参加をお待ちしております。

**次回の家族教室は2月24日（土）14：00～16：00です。**

## 編集後記

平昌オリンピックで日本人選手が大活躍しています。メダルの数も過去最多となりました。今まではそんなに興味はなかったのですが、今回のオリンピックは見ごたえありました(#^.^#)

(編集:旭惇志)

