

# バンビの会～摂食障害家族会～

## 自助グループゆっくり

この会は、摂食障害に悩んでいる家族と本人のための会です

会では、それぞれが抱えている苦しさや辛さ、不安などを「話す」「聞く」ことを大切にしています。他では話せないことを話せる場があるということは、心を軽くするためにとっても大事なことです。溜まっていた思いを吐き出しあい、それを聞きあうことで、気持ちの整理ができたり、違った見方に気づけたり、自分だけではないと安心できたりと、ほんの少しでも心を楽しんで帰っていただける場になればと願っています。なお、本人の参加人数によって、家族と本人で部屋を分けて会をおこないたいと思います。

少しでも興味を持っていただけたら、ちょっと見学にいくくらいの気持ちで、お気軽にご参加ください。

### ～誰もが安心できる場であるために～

1. プライバシーの厳守。個人の特定に繋がるようなことが、会の外へ伝わることは決してないようにしてください。
2. 話したくないことを話す必要はありません。
3. 続けての出席を強要することはありません。
4. 会の時間は決まっていますが、遅く来ていただいても早く帰っていただいても大丈夫です。
5. あくまで思いを吐き出し受け止めあう場ですので、否定的な言葉はお控えください。

日 時：毎月第3水曜日 PM1:30～PM4:00 ※祝日の場合はお休みです

場 所：福井南健康福祉センター 3F(福井市西木田2丁目8-8)

参加対象：家族、本人、関係者

会 費：なし

問 合 先：080-6221-3580

(バンビの会 事務局/自助グループゆっくり 事務局 林)