

家族会とは？

○同じ悩みを持つ家族同士が集まり、語り合いや学びを通して互いに支え合う活動です。
「地域」「病院」「障がい者事業所」等の単位で結成されています。

【家族会活動の3本柱】

支えあい

交流・レクリエーション

学びあい

学習会・研修会

働きかけ

当事者家族のニーズの実現

＜家族自身が孤立せず、相談相手を持ち、社会資源を上手に活用することが大切です！＞

～1人で悩まないで！家族会に参加してみませんか？（圏域家族会一覧）～

	家 族 会 名	対 象 者	窓口（住所・電話）	
松 江	かもめ会	島根町在住家族	島根支所 市民生活課	0852-55-5726
	ひまわり会	美保関町在住家族	美保関支所 市民生活課	// 55-5746
	八雲心の健康を守る会	八雲町在住家族	八雲支所 市民生活課	// 55-5766
	宍道碧雲会	宍道町在住家族	宍道健康センター	// 55-5811
	コスモス会	八束町在住家族	八束支所 市民生活課	// 55-5826
	すみれ会	東出雲町在住家族	東出雲支所 市民生活課	// 55-5844
	スペランツァ	患者の家族	アクティブきたほり (家族会事務局 / 松江市北堀町 48)	// 26-2222
	きょうだい・しまい「林泉の会」	兄弟・姉妹	会長宅（松江市湊北台 34-2-238）	// 21-1450
	(公社)日本てんかん協会島根県支部(波の会)松江分会	松江地区の支部会員	担当（松江市西津田 2-2-20）	// 23-5320
	光雲会	松江市立病院 患者の家族	松江市立病院精神科（外来）	// 60-8000
	松江赤十字病院家族会	松江赤十字病院 患者の家族	松江赤十字病院精神科	// 24-2111
	八雲会	患者の家族	八雲会就労継続支援 B 型事業所 (松江市大庭町下の原 761-1)	// 31-7946
	松江あけぼの会	松江あけぼの作業所 通所者の家族	NPO 法人松江あけぼの会 (松江市西川津町 2652-13)	// 27-7745
	松江さくら会	NPO 法人松江さくら会 通所者の家族	松江さくら会 (松江市嫁島町 4-29)	// 31-7745
安 来	虹の元会	まるべりー松江等 利用者の家族	「まるべりー松江」内 (松江市天神町 93)	// 60-1858
	やすぎ地域家族会	安来市在住の家族	安来地域活動支援センター ステップ	0854-23-0357
	伯太町家族会	伯太町在住の家族	代表宅 (安来市伯太町草野 479)	// 38-0303
	安来第一病院家族会	安来第一病院患者の家族	安来第一病院地域連携室	// 22-3411

ご家族に
知って欲しい
ワンポイントアドバイス

- 病気になるのはご家族自身のせいではありません
～ご家族自身を責めすぎず、病気について理解することが大切です
- 「家族は味方」というメッセージを送りましょう
- 巻き込まれすぎず、適度な距離を保ちましょう
～大げさな反応や甘やかし、極端な自己犠牲は「巻き込まれ」のサイン
- 家族自身が「話せる場」「交流の場」「学ぶ場」を持ちましょう
～家族自身の息抜きや健康も大事！家族会や家族教室の利用もオススメです

当事者・ご家族の相談や支援を行っています

当事者の方へ

- 日常生活のサポートや暮らしの相談
～社会資源の利用生活の困りごとへの支援
- 憩いの場、交流の場の提供
～レクリエーション、各種つどいの場、学習会、食事会など
- 自主的な活動への支援

ご家族の方へ

- ご家族の方の相談、家族会活動への支援

家族教室のご紹介

- 家族が当事者への接し方や病気について学び、参加者同士で交流できる場です。
- 家族会加入に関わらず、1回だけの参加も可能です。お気軽にご参加ください。

※詳細は直接お問い合わせいただくか、広報等でご確認ください

★ビ・フレンジング 家族の輪・学びの場

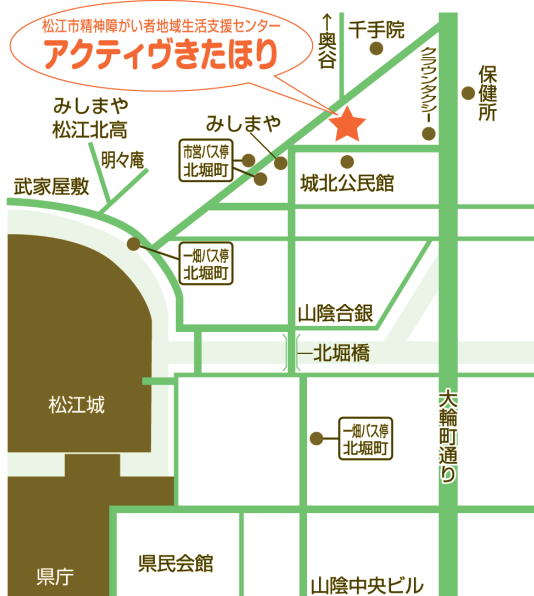
毎月第2土曜日(10:00～11:30)

★アクティブきたほり 家族教室

毎月第4金曜日(14:00～16:00)

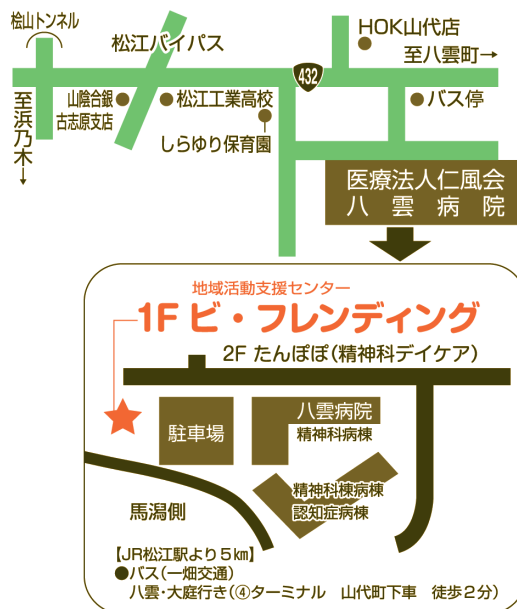
松江

<アクティブきたほり> (松江市精神障がい者地域生活支援センター)



〒690-0888 松江市北堀町 48
TEL 0852-26-2222 FAX 0852-26-2141
●利用時間：9時～17時30分
●休館日：毎週日曜日・8/13～15・12/29～1/3

<ビ・フレンジング> (地域活動支援センター)



〒690-0033 松江市大庭町 1461-3
TEL 0852-23-4111 FAX 0852-23-4112
●利用時間：9時～17時
●休館日：第1・3・5日曜日・8/14～15・12/31～1/3

安来

<ステップ>

(安来地域活動支援センター)

〒692-0011
安来市安来町 927-2
TEL 0854-23-0357
FAX 0854-22-5764
●利用時間：
平日 8時30分～19時
土日・祝日 10時～19時
●年中無休（盆・年末年始含む）

