

ようこそ！断酒例会へ！！

4月より丹波篠山断酒ミーティングが三木断酒会丹波篠山支部例会となりました

「酒害」で悩み苦しんでいる「ご本人」。そして「ご家族」のための集いです。

2015年2月からNPO法人兵庫県断酒会の主催で開催してきました「丹波篠山市断酒ミーティング」が2021年4月より「三木断酒会丹波篠山支部例会」になりました。より一層、丹波篠山地域の皆様と結びついた「酒害からの回復の場」として運営していきますのでよろしくお願いします。

人は誰しも生きているかぎり多かれ少なかれ悩みや不安、苦しみから逃れられず、何かしら抱えている・・・。
・・・それは日常の中でごくごく自然に存在しているものだと思います。

本会はそんな中でも特に**酒害の影響**で様々なものを過去に抱え込んでしまった。
あるいは今現在悩み苦しんでいるという人たちが集い、気軽に参加できる定例会を中心に活動をしています。

参加者は、**酒害からの「回復」**や**「健康で健全な生活の推進」**を心に秘め、
今現在思っている事や過去に体験した事を聞いたり、また、語ったりして
自分なりの考えを整理整頓していくことを大切に行っています。

内容的には壮絶な体験談や涙がこぼれそうな体験談、大笑いしてしまいそうな体験談、
現在取り組んでいる事、最近の出来事、今考えている事などなど・・・と様々です。
もちろん、話す内容は個人の自由です。そして聞いてどう受け止めるのかも自由です。

そんな中から、是非！**自分の為に参考になる事、真似してみたいと思う事、気になる事など、
探し出してみてください。** 自分のできる範囲で**あせらず**、時間をかけて**ゆっくり**と参加してみてください。



NPO法人 兵庫県断酒会（兵庫県断酒連合会）

日 時） **毎週（金曜日） 18：45～20：15**

三木断酒会丹波篠山支部例会

*****例会の有無は必ず確認して下さい。*****

（会場） 丹波篠山市立丹波南健康福祉センター 2F 会議室

〒669-2205 篠山市網掛301 tel 079-594-1117

連絡先・問合せ先 ； 丹波健康福祉事務所 地域保健課 tel 079-573-3766

丹波篠山市役所、健康課 tel 079-594-1117

森田 猛 （三木断酒会） 〈携帯〉 080-1688-0326

柏野 好央 （三木断酒会） 〈携帯〉 090-9625-7451