

発達障害専門外来・デイケア

## 第36回 「家族のつどい」のご案内

## 「見守る技術 — 手放すことで自立を見守る —」

「支えたい」「守りたい」— その気持ちは、まぎれもない愛情です。

でも、知らないうちに手を出しすぎてしまう先回りしそぎてしまうことで、本人の自立の芽を小さくしてしまうことがあります。この家族教室では、愛情はこれまでと同じように大切にしながら、「手放す」という関わり方を学ぶことをテーマに、精神科デイケアの実践で蓄積してきた知見をもとに、家族の関わり方がどのように本人の回復や主体性に影響するのかを分かりやすくお伝えします。家族が少し楽になり、結果として本人の回復が促される— その背景にある考え方と、日常で使える具体的な工夫を共有します。

現地参加の方には、後半にデイケアスタッフを交えた懇談会を予定しており、情報交換の場としてもご活用いただけます。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



## — 開催概要 —

1. 2026年2月28日(土) 13:30~16:15 (オンライン参加者は14:55まで)
2. 対象者: 烏山病院・晴和病院 専門プログラム利用中または待機中の方のご家族  
烏山東風の会に入会されている方
3. 費用: 無料
4. 定員: ① 現地参加100名 ② オンライン参加100名
5. ①現地参加: リハビリテーションセンター  
②オンライン参加: ZOOM   
スマートフォン・タブレットは事前にZOOMアプリのダウンロードが必要になります。  
お申込みいただいた方に、ID・パスコードをメールにてご案内します。
6. 出欠のご連絡について  
WEBでの申し込みをお願いいたします。下記申込みフォームより **2月23日(月)** までにお申し込みください。後日、IDとパスコード、資料をメールにて送らせて頂きます。

URL <https://forms.gle/KE9ez6UMXZAjhrX28>

リハセンターホームページからも入れます。

昭和医科大学烏山病院 リハビリテーションセンター - SQUARE

<https://square.umin.ac.jp/skrc/>

検索エンジンで「烏山病院 リハセンター」を検索



## — プログラム —

13:30~14:30	講演「見守る技術 — 手放すことで自立を見守る —」 昭和医科大学発達障害医療研究所 公認心理師 横井英樹ほか
14:30~14:50	質疑応答
14:50~14:55	烏山東風の会より
15:05~16:15	懇談会

グループに分かれご家族同士の情報交換等をします。スタッフも入りますので安心してご参加ください。

### こんな方におすすめです

- つい先回りしてしまう自分に疲れている
- どこまで関わればいいのか分からぬ
- 放っておくのは不安、でも今までいいのか迷っている
- 「自立を促す関わり方」を具体的に知りたい



次回開催について：第37回家族のつどいは2026年6月27日（土）に開催予定です。

### 問合せ先

昭和医科大学烏山病院リハビリテーションセンター 五十嵐・水野

東京都世田谷区北烏山 6-11-11

TEL 03-3300-5231 (代表) Mail kazokunotudo@gmail.com

# こち 烏山東風の会



## 烏山東風の会よりお知らせ

### ◆しゃべり場開催について

毎回家族のつどいの参加者アンケートで、もっと話したかった、もっと他の親御さんの経験談が聞きたかった、というお声を多数頂戴しております。これにお応えする術がないかデイケアスタッフの方々と当会にて話し合いを重ねた結果、家族のつどいの熱が冷めない時期に、つどいに参加した方を中心に親同士でもっと深く対話ができる場を設けてみてはどうかという話になりました。

これはコロナ禍に入る少し前まで「しゃべり場」という名で当会が運営していた、数名のグループ形式による親同士の対話の場を、家族のつどいの対話セッションと連動してやってみよう、という試みでもあります。

家族のつどいで話したりなかった事や聞き足りなかった事があるなあと感じた方、家族つどい後半のグループセッションに出られなかった方、家族のつどいに来られなかった方等、皆さん下記要領で実施する「しゃべり場」に是非奮ってご参加ください。

- ・日時 2026年3月14日（土）13：30～16：00
- ・場所 烏山病院リハビリテーションセンター
- ・参加資格 烏山病院・晴和病院 利用中または待機中のご家族  
烏山東風の会に入会されている方 \*当事者本人の方の参加はご遠慮願います。
- ・参加費 無料
- ・運営形態 家族のつどい同様、5～6名程度の小グループ形式での対話会  
\*申込者数によって弾力的に運営
- ・申込先・照会先  
ホームページのお問い合わせコーナー：<https://www.kochinokai.com/>
- ・携帯電話又はEメール  
080-3009-1200/ [kochinokai@au.com](mailto:kochinokai@au.com)
- ・申込期限： 2025年 3月12日（木）
- ・備考 病院スタッフは同席しません。当会の世話人が運営をサポートいたします。  
食べ物は持込み不可。飲み物はペットボトルないし水筒のみ持込み可。

- ◆家族相談会 3月18日（水） 4月15日（水） 午後1：30～午後4：00  
烏山病院 発達障害医療研究所デイルーム

- ◆女子会 3月28日（土） 5月23日（土） 午後1：30～午後4：00  
烏山病院 リハビリテーションセンター

- ◆世話人会 3月28日（土） 4月25日（土） 午後1：30～  
烏山病院 リハビリテーションセンター