

家族の自傷行為で悩んでいる

家族が自殺未遂してしまった

家族のための

スキルアップ家族教室



♡令和5(2023)年度の日時及び内容

月1回、金曜日の13:30~15:30、3回1クールで実施します。
内容・日程は以下のとおりです。

回	内容	1クール	2クール	3クール
1	・講話「感情調節が困難な本人の理解と対応」 ・話し合い	5月26日	9月22日	令和6年 1月26日
2	・講話「スキルトレーニング」 ・話し合い	6月23日	10月27日	2月16日
3	・講話「家族のセルフケアと本人への関わり」 ・話し合い	7月14日	11月24日	3月22日

ご家族の問題をどう理解したらいいかわからない、どう支えたらいいのかわからない
などで、お困りの方はどうぞお気軽にいらしてください。

・参加希望の方は事前にご相談ください。

♡講話は1回目を当センター医師、2・3回目を当センター職員が担当します。

♡場所は精神保健福祉センターです。

<申し込み・問い合わせ先>

栃木県精神保健福祉センター 教育相談支援課 稲村

(宇都宮市下岡本町2145-13)

TEL 028-673-8452

FAX 028-673-6530