

# ハート セミナー ご案内

## 統合失調症についてご存知ですか？

統合失調症について“よくわからないな”と感じていたり、“何となくは分かっているけど、さらに詳しく知りたい”と思っていることはありませんか？

ハートセミナーでは、同じ悩みを抱えるご家族の方と共に、統合失調症の仕組みや経過、薬の作用・副作用、社会資源などに関する講義を通じて、**統合失調症に対する理解を深めていく**ことを目的としています。ご家族が統合失調症を正しく理解することは、治療やリハビリテーションにおいて欠かすことができないものであり、症状の安定や回復に役立つことがわかっています。

## 一人で不安を抱え込んでいませんか？

統合失調症に対する不安や、将来に対する不安など、誰にも相談できずに一人で悩みを抱え込まれていませんか？

ハートセミナーでは、様々な体験をしたご家族が集まり、他では言えない不安や悩みを語り、分かち合うことで**気持ちが楽になる場**でもあります。これまで、一人で抱え込まれてきた思いを話してみませんか？

## 感情的になっていませんか？

ご本人のことを思うあまり、気持ちを整理できずに、ついカッとなってしまうことはありませんか？感情的な言葉や行動は、治まっていた症状を悪化させる大きな原因ともなりうるのです。

ハートセミナーは、**ご本人との関わり方について、他のご家族の体験や想いを聞きながら、共に考えていく場**でもあります。

ご家族の関わりは

回復の大きな手助けにつながります。

病気や治療のことを一緒に考えてみませんか？

対象者：統合失調症で治療をされている方のご家族（入院・外来は問いません）

定員：1グループ5～8名程度

日時：7/9、8/13、9/15、10/8、11/12、12/10  
14：00～15：45（予定）

場所：賀茂精神医療センター内

内容：統合失調症の仕組み

統合失調症の経過と対処の工夫  
薬について

社会資源・リハビリテーションについて

グループワーク

（全6回）

グループワークとは、誰にも言えずに抱えこんでいる不安や悩みについて、みんなで語り合い、共に考えていく場です。想いを語り合うことによって、少しでも気持ちが楽になればと思います。

みなさまの参加を心からお待ちしております。

\* 参加希望が多数の場合は先着順にさせていただきます。  
ご了承ください。

詳しい内容や日程につきましては、外来または病棟スタッフまでお気軽にお問い合わせください。

739-2693 広島県東広島市黒瀬町南方92番地  
独立行政法人国立病院機構 賀茂精神医療センター  
TEL：(0823) 82-3000