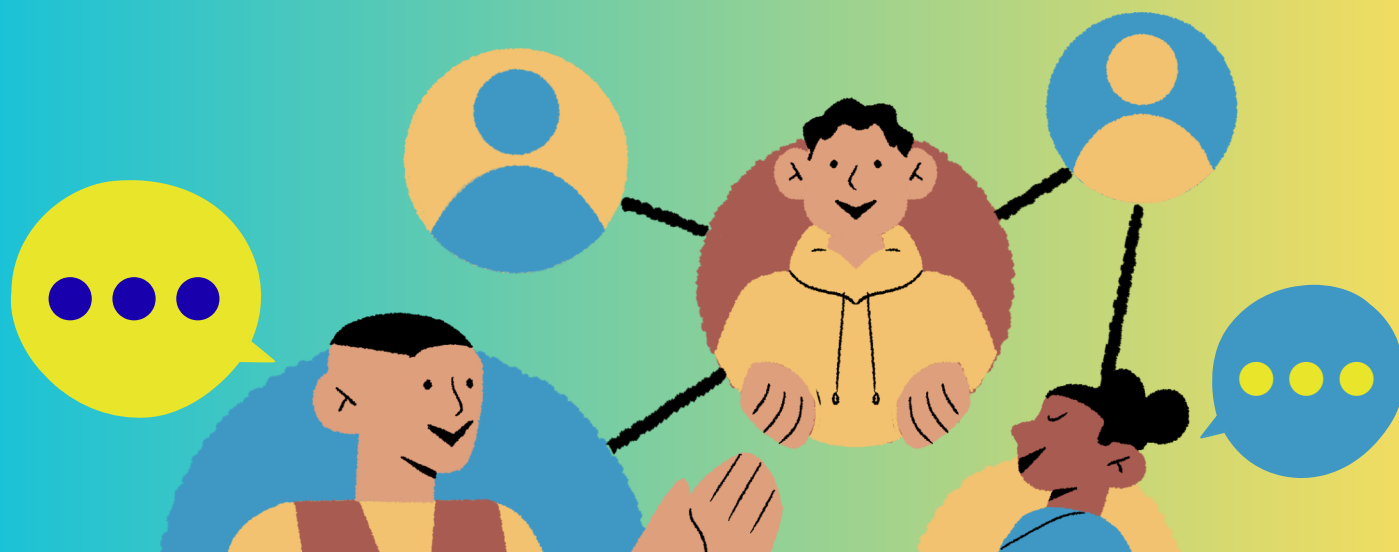


新しいカタチの
共同グループ

 **Relife**
おかやま



**当事者、家族、支援者、協力者…
みんなが主役！**

【Relifeおかやま】は、何かしらの行動に自分の生活が偏っているなど感じている人たちが集まり、日々の生活を振り返る中で、気づきと癒しを得る集いの場です

現地参加も オンライン(ZOOM)での参加も可能です。 ※祝日はオンライン参加のみ
途中参加、途中退出でも大丈夫です
ふらっと立ち寄ってみてください！
お待ちしております！

初回開催
10月14日

毎月
第2・4火曜日
19:00 (7:00PM)
～
20:00 (8:00PM)

場所

岡山県精神科医療センター
中棟3F

オンライン (ZOOM使用) のアドレスは以下の通り

【第2火曜日】ミーティング 時刻 7:00 PM

ミーティング ID: 823 3248 5835 パスコード: 838583

【第4火曜日】ミーティング 時刻 7:00 PM

ミーティング ID: 836 2474 0193 パスコード: 761264

※ニックネームでの参加も可能ですが、その際は待機室で司会者へ本名をお伝えください

お問い合わせ先 | 岡山県精神科医療センター
TEL [086-225-3821](tel:086-225-3821)

担当 作業療法士：佐藤 精神保健福祉士：江村
Mail addiction-popmc@popmc.jp

リライフ Relifeおかやま

ってどんな人が参加してるの？

こんな方が参加されています



〇〇に依存してしまう
どうやったら抜け出せるんだろう、、



人に依存しすぎて 関係こじらせちゃう
どうしたらいいんだろう



なんとなく むなしさを感じる毎日
なんだか生きづらいな、、

こういう時どうすれば良いのかな
他の人はどうしてるんだろう
私の体験が誰かの役に立つかも



そんな想いをシェアしてみませんか？

聴くだけの参加、パスなどもOK

途中参加、途中退席も大丈夫です

岡山県内のいろいろな地域から参加されています

県南 にお住まいの方はこちらまで

岡山県精神科医療センター 作業療法士:佐藤、精神保健福祉士:江村

TEL 086-225-3821 Mail addiction-popmc@popmc.jp

😊 **お気軽にお問い合わせください**

オンライン環境（ZOOM）が使えない方もご相談ください

 **Relife**
おかやま