



アルク分かち合いの会

浅井光代さんの生き方

—アルコール依存症家族、当事者、回復者として—

どのように依存症となり、どのように回復してきたか
結婚、4人の子育て、そして家族の今は…

人が悩む時、悩みを語ることでその悩みが軽くなる。また人の話を聞くことで多くの気づきをもらい自分が変われる。そんな趣旨の下、アルクでは多くの方々の経験を分かち合う会を開いてきました。

今回は依存症からの女性回復者、浅井光代様のお話を伺う機会を得ることができました。父のアルコール依存、お酒を飲んだきっかけ、結婚後、出産・子育てをしながらお酒の量が増え止まらなくなったこと。そして断酒会につながりお酒が止まり、その後色彩心理学を学び、現在、生きづらさを抱えた方々の相談活動をされています。その道のりをお聞きしながら、参加者と分かち合っていきたいと思います。

ぜひ、ご出席ください。

コロナ対策としてマスク着用・消毒・検温・人との距離の確保にご協力くださいますようお願いいたします。尚コロナ感染の状況により変更等が生じる場合にはご連絡させていただきますので、ご了承ください。

日 時 2023年3月11日（土）13時30分

場 所 アルク翁

横浜市中区扇町 3-8-7 三平ビル 1階

（相談室のあるビルとは違います。裏面案内図をご参照ください）

講 師 浅井光代様

参加費 無料

定 員 30人

申込方法 3月3日（土）までに電話またはファックスにてお申込みください（裏面参照）
お申し込みの際は日中の連絡先をご記入ください

問い合わせ

アルクヒューマンサポートセンター TEL045-264-4406、4409

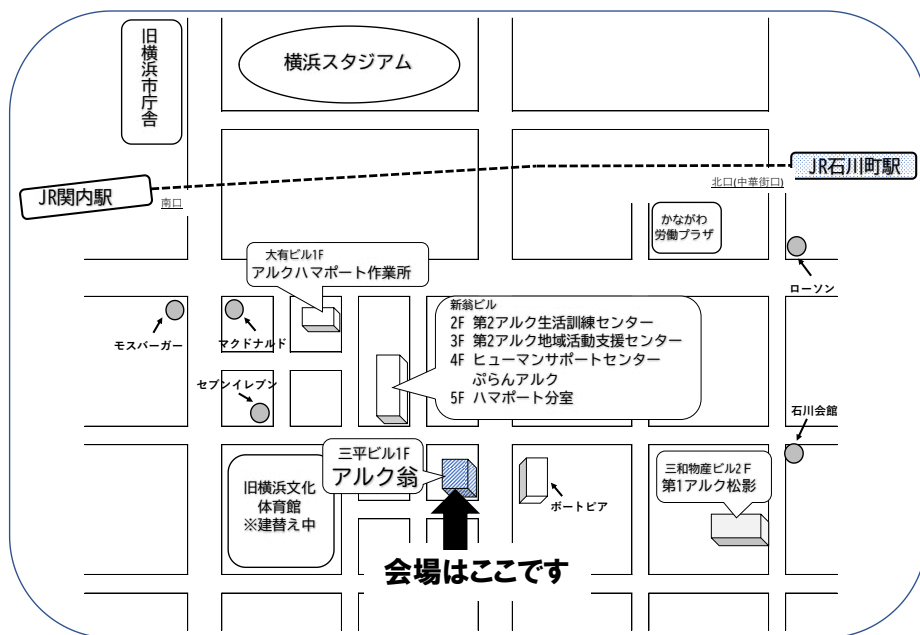
寿アルク事務局（第2アルク地域活動支援センター内） TEL045-226-2808

主催：特定非営利活動法人 市民の会 寿アルク アルクヒューマンサポートセンター



会場案内図

アルク翁 横浜市中区扇町3-8-1三平ビル1F TEL:045-263-6495
 ※会場「アルク翁」への連絡は当日12:00以降にお願いします



来所方法

【JR】
 関内駅南口…徒歩5分

【市営地下鉄】
 関内駅1番出口
 …徒歩10分
 伊勢佐木長者町駅2番出口
 …徒歩10分

【京浜急行】
 日/出町駅…徒歩15分

…アルク分かち合いの会…

浅井光代さんの生き方－アルコール依存症家族、当事者、回復者として

《参加申込書》

申込日： 年 月 日

参加者氏名	所属先	連絡先 (日中連絡可能な電話番号)	備考

☆ ご質問等ございましたらご記入下さい。



お申込は、ファックスまたは電話にて下記までお願いします。

申込先	アルクヒューマンサポートセンター(アルク相談室)		
FAX	045-264-4406	TEL	045-264-4406、045-264-4409

※ 定員に達し次第、締め切りとさせていただきます。

※ 申込後にキャンセルされる場合は、お手数ですがご連絡をお願いします。

※ コロナ感染拡大等により中止または延期になる場合には連絡いたします。