

## アルク分かち合いの会

# アルコール依存症に出会って

## ～ナラン直子さんの生き方～

今、あなたは、生きづらさを抱えていませんか。生きづらさってなんですか。  
今回、ナラン直子さんをお迎えして、みなさんと分かち合いたいと思います。

日本を飛び出し、出会って結婚したパートナーの故郷「モーリシャス(南半球インド洋にある島国)」での暮らし、パートナーのアルコール依存症からの回復とともにご自身も家族として回復してきた道、日本に戻られてからの活動、感じていらっしゃるなど、ナラン直子さんの経験のお話をお聞きます。

**日 時** 2026年3月7日(土) 13時30分～16時(受付開始13時より)

**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** ナラン直子様(YRC 施設長)

※YRC(横浜リカバリーコミュニティ)…NPO 法人横浜依存症回復擁護ネットワーク(Y-ARAN)が運営する、さまざまな依存症からの回復のための拠点です。  
職員と、回復の経験を持つリカバリーサポーター(ボランティア)が、回復のためのプログラムを実施しています。

**参加費** 無料

**定 員** 30人

**申込方法** 3月5日(木)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

### 分かち合いの会・・・

人は、それぞれの生きづらさなど問題・課題を抱えて生きています。相談室でお話を伺っていると、辛いと思っていることがその人のエネルギーになっていくことを目の当たりにすることがあります。さまざまな方たちの体験をお聞きし、分かち合うことで、楽しいことも辛いことも自分のものとして、明日への“生きる力”に変えていきたいものです。

### 問い合わせ

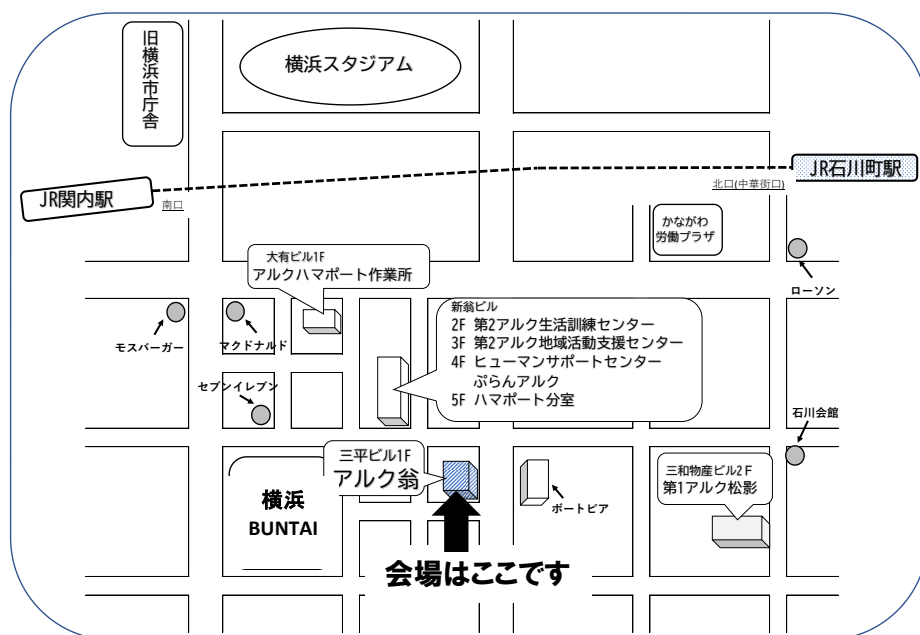
アルクヒューマンサポートセンター TEL045-264-4406、4409

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3-8-7三平ビル1F TEL:045-263-6495**  
**※会場「アルク翁」への連絡は当日12:30以降をお願いします**



## 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…  
 アルコール依存症に出会って  
 ～ナラン直子さんの生き方～  
**2026年3月7日(土)**

## 《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。