

家族、生活、仕事

たくさんのことを抱え、迷いながら
薬物と共に生きてきた。

何度もやめる約束や決意をし

それでも薬物が止まらず

どうすればいいのかわからない。

そんな悩みを一人で抱えていませんか？

どうしたら薬物を使わずに、
自分の人生を大切にできるのか。

同じ問題を持った女性の仲間と
新しい生き方を始めてみませんか？

依存症から回復し、
地域での豊かな暮らしを取り戻す。
八王子ダルクではそのサポートをします。



施設利用にあたって

Q：施設利用は初めてで、少し不安があります。

A：事前に体験利用ができます。雰囲気を感じてから決めていただいても大丈夫です。

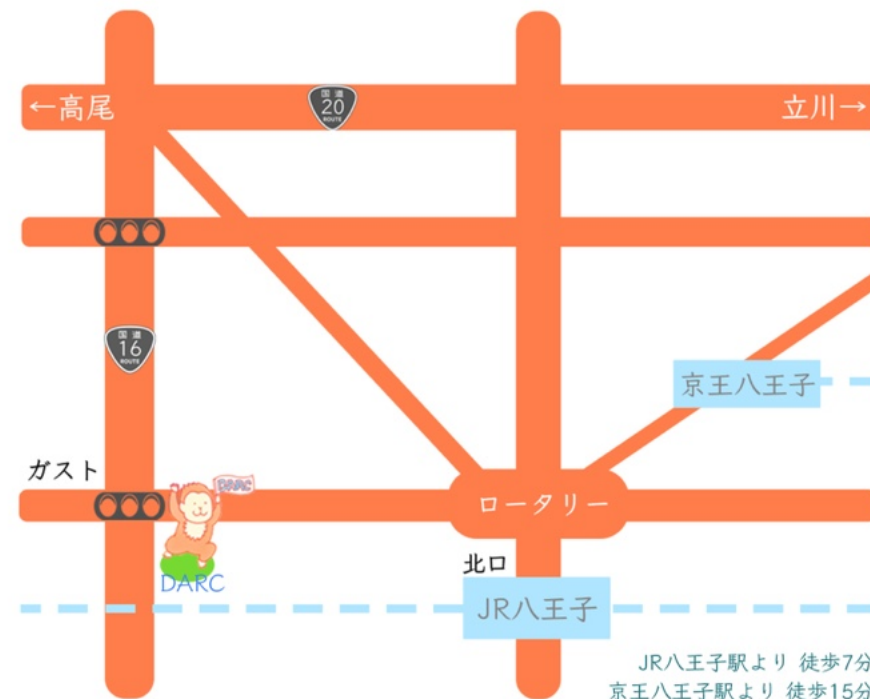
Q：通う時間が作れるか心配があります。

A：面談の上、ご本人にあった支援スタイルを決めていきます。通うペースも一緒に考えましょう。

Q：施設を利用できるほどのお金がないのですが。

A：まずは一度、お気軽にご相談下さい。

➡ TEL：042-686-3988
Mail: info@8oji-darc.org



特定非営利活動法人 八王子ダルク

〒192-0073

東京都八王子市寺町43-9

中銀八王子マンション1F

TEL 042-686-3988

FAX 042-628-2922

Mail info@8oji-darc.org

http://8oji-darc.org



依存症回復支援施設

HACHIOJI
DARC
ダルク



～ 女性の依存症者ご本人へ ～

薬物・アルコール依存症は
回復できる病気です。

回復プログラム

対話を中心としたプログラムにより、
自身の内面に目を向け、感情を適切に
コントロールする力を養います。

本来の自分を大切にした
生き方を育てます。

女性だけのグループを基本に
行い、安全な場所で自身のこ
とを話すことができます。



生活を作る

依存症の回復は、
生活を新たに作り直すことが大切です。

自身の困りごとを整理し
それぞれにあった回復プランを
生活に組み込みます。



地域・専門職との連携

地域社会での回復を目指します。
地域社会で暮らしやすい、
サポートネットワークを
構築します。



プログラム内容

八王子ダルクでは仲間との関わりを通じ、気づきや共感の中で
新しい生き方を培うプログラムを行います。

自分を知る

ミーティング



テーマに沿って自分が過去どうであ
ったか正直に話し、仲間の話に耳を
傾け共感していきます。

エンカウンター



仲間からの質問やフィードバック
を通し自分一人では知ることので
きなかった感情や考え方に気づき
ます。

取り組みシート



今取り組める課題を自分で設定し
仲間にも知ってもらうことで、自主
的な回復への意欲をもてるように
します。

楽しむ

毎月様々なレクリエーションが
あります！
薬物なしで楽しく過ごし、
みんなで感情を分かち合います。

海水浴



高尾山ハイク



クリスマス会



冬季宿泊合宿



他にも多くのレクがある
よ！内容は、みんなでアイ
デアを出しあうんだ。

コミュニケーション

農作業



農作物を育て、収穫する喜びを分か
ち合います。地域の支援者と交流
をしながら、社会との接点を広
げていきます。

スポーツ



体を動かすことで、身体機能の回
復、ストレス軽減や健康的な充足
感を感じます。チームプレーを通
じて社会性を養います。

手芸



集中して手を動かすことで脳の活
性化につながります。教え合い、
会話をしながら、安心できるつな
がりを楽しみます。

開所日とスケジュール

10:00 10:30 11:30 13:30 15:00 17:00

開所 午前 プログラム 昼食 午後 プログラム 閉所

開所日は●月曜、●水曜、●金曜です。

ご自身の状況に合わせて通所の日程を
スタッフと相談して決めることができます。

精神保健福祉士との面談

定期的な面談を設け
家庭や個人の困りごとを
共有し、解決への道筋を
共に考えます。

依存症の治療に複合的に
アプローチを図ります。

回復プランを立てる

育児や介護などの生活上の
役割と、回復に必要なこと
を整理した上で
本人にあった個別の回復プ
ランと一緒に作ります。

医療サポート



必要に応じて、専門医療
機関への通院や入院のサ
ポートをします。
また、医療専門家を講
師に招き、「健康」に関
する知識を身につけます。

司法サポート



裁判での情状証人等の協
力を行っています。
弁護士による債務整理や
金銭、家族の困りごとに
関する相談会を開催。

他施設との共同プログラム
やコーディネートも
連携して行っています！