

## らくの会 入会後のご説明

らくの会は「きょうと摂食障害家族教室」を卒業された摂食障害患者家族による家族会で、平成 24 年 4 月に発足し、現在 3 年目となりました。摂食障害は慢性的に経過することが多く、ご家族の負担は非常に大きいものです。らくの会では、ご家族同士が交流し、他では話しにくいことを話し合あうことができます。そうすることで、ご家族自身の不安を和らげることができ、ご本人に対してもより良い支援を続けていくことができます。

現在の会員数は 30 名ほどで、当事者(拒食症、過食症)の母親・父親です。京都駅近くにある「SEED テラス」という一軒家で、月に一回の定例会議と交流会を行っています。SEED きょうとの家族会担当スタッフと、らくの会の世話人の方が中心となって運営しています。定例会議、交流会と別に、ご家族だけの茶話会企画や、SEED スタッフによる勉強会も行っています。形式上は、SEED きょうとから独立した組織となっておりますが、SEED きょうとと密に連携し、当事者グループや支援施設のサポートもしていく予定です。

### 【定例会議と交流会の内容】(月 1 回 第 3 土曜日 13 時 30 分～16 時)

前半の定例会議にて各係の方からの話し合わなければならないことを報告してもらいます。また SEED きょうとスタッフからも報告があり、必要に応じてらくの会として決めなければならないことを決めます。毎月開催していましたが、運営が安定してきたため、平成 27 年度からは定例会議は隔月の予定です。後半の交流会は今後も毎月行います。小グループに分かれて日々のケアについてのディスカッションを行います。家族教室の交流会のような形式ですが、グループの司会はご家族自身でして頂いています。SEED きょうとのスタッフが助言させてもらうこともあります。また、ケアの場面で起こりそうなトラブルのシナリオ(食事場面、買い物など)を用いて、そういった際にどう対応してあげるのが良いのか、ロールプレイによる適切な声掛けの仕方などを勉強する取り組みも始めています。

### 【会費】

年会費は 5000 円(年度後半からの入会は 2500 円)です。また参加 1 回につき 500 円の会場費を集めています。入会年度の翌年度もらくの会を継続される場合、その年度の 4 月 1 日から 4 月 15 日に納めて頂いています。

<年会費振込先> (銀行から) 名義: ゆうちょ銀行 普通預金 らくの会  
店名 四四八(よんよんはち) 店番 448 口座番号 4924152  
(郵便局から) 記号: 14430 番号: 49241521

### 【日程の連絡等】

毎月の開催日や開催時間、場所などは、入会時に加入いただくメーリングリストや、次ページ以降で説明します SEED きょうとのホームページでご確認頂けます。なお、メールやインターネットの利用が難しい方には、2 カ月に 1 回程度、議事録と次回の予定などを郵送(別途年間 1000 円必要)でお送りしています。

### 【連絡先】

郵送: 〒601-8416 京都市南区西九条池ノ内町33 「らくの会」宛

E-mail: [info.rakunokai@gmail.com](mailto:info.rakunokai@gmail.com)

→らくの会のメールアドレスで、らくの会の会長さんと SEED きょうとのらくの会担当がチェックしています。

メーリングリスト: [rakunokai-ml@googlegroups.com](mailto:rakunokai-ml@googlegroups.com)

→メーリングリストは入会時記載頂きました申込書にある E-mail を登録させていただきます。

[rakunokai-ml@googlegroups.com](mailto:rakunokai-ml@googlegroups.com) にメールを送信いただければ、メーリングリストに登録されているらくの会の会員全員に、そのメールが届きます。

早急に連絡が必要な場合は SEED きょうと事務局(075-751-3386、京都大学精神科神経科医局内)に御連絡ください。

## らくの会掲示板へのアクセス方法

まず SEED きょうとのホームページを開きます (<http://kedsc.umin.jp/>)

左側のらくの会(家族会)ボタンをクリックします。



The screenshot shows the SEED Kyoto homepage. On the left is a vertical navigation menu with the following items: はじめに, 設立主旨と運営, 活動カレンダー, 当事者の会, きょうと摂食障害家族教室, 拒食・過食を乗り越えて, らくの会(家族会) (circled in red), and 賛助会員. The main content area features a header with the organization's name and logo, followed by a news section titled "京都に摂食障害患者さんの支援施設を開設しました！". The text in this section discusses the challenges of eating disorder treatment in Kyoto and mentions the opening of a support facility. At the bottom of the main content area, there is a link that says "詳細はこちらへ".

すると「らくの会(家族会)について」というページにうつりますので、一番上にある「らくの会」会員入口というボタンをクリックしてください。



The screenshot shows the "らくの会(家族会)について" page. The navigation menu on the left is the same as in the previous screenshot. The main content area has a header with the page title "らくの会(家族会)について" and a sub-header "らくの会会員入口". Below this, there is a button labeled "「らくの会」会員入口" which is circled in red. The text below the button instructs users to click it and provides information about the login process, stating that they will be asked for a USER ID and PASSWORD, and that the same information is used for the family association.

ID とパスワードをもとめられるので、両方とも **family** と入力。



Windows セキュリティ

IDとPASSWORDは同じです。家族教室でお伝えしたものです。のサーバー kedsc.umin.jp にはユーザー名とパスワードが必要です。

警告: このサーバーは、ユーザー名とパスワードを安全ではない方法で送信することを要求しています (安全な接続を使わない基本的な認証)。

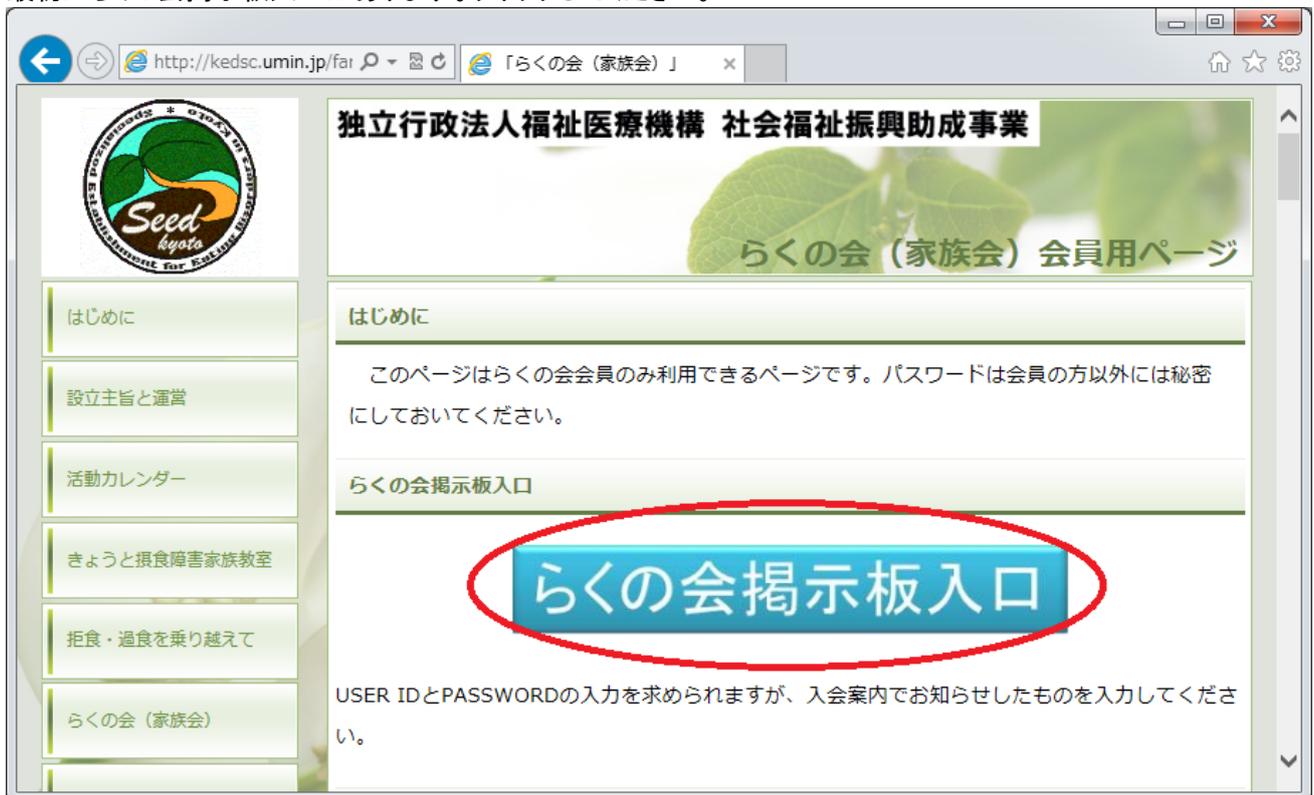
family

●●●●●● ← **ここも family です**

資格情報を記憶する

OK キャンセル

するとらくの会会員のページが開きます。現在の世話人の方のお名前や、一年の流れや会則などが見られます。最初にらくの会掲示板入口があります。クリックしてください。



http://kedsc.umin.jp/far 「らくの会 (家族会)」

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

らくの会 (家族会) 会員用ページ

はじめに

このページはらくの会会員のみ利用できるページです。パスワードは会員の方以外には秘密にしておいてください。

らくの会掲示板入口

**らくの会掲示板入口**

USER IDとPASSWORDの入力を求められますが、入会案内でお知らせしたものを入力してください。

掲示板入口も同じように ID とパスワードを求められるので両方に **family** と入力してください。



家族会掲示板入口

USER ID :

PASSWORD :

LOG IN

掲示板が開きます。

らくの会掲示板

おなまえ

Eメール

タイトル

メッセージ

参照先

削除キー  (英数字で8文字以内)  クッキー情報保存

Page: 1

[97] 1月定例会議事録 投稿者 <family> 投稿日: 2014/01/26(Sun) 11:04

らくの会の皆様  
今年もどうぞよろしくお願ひ致します。

遅くなりましたが  
1月18日(土)13:30よりSEEDテラスにて定例会議を行いましたのでご報告致します。

第20回定例会議事録 出席: SEEDきょうと 水原先生  
らくの会 8名

前回のらくの会の定例会議や交流会、勉強会の内容などは、書記係の方が議事録としてこちらに書き込んで頂いています。次回の日程などもこの掲示板やメーリングリストで確認することができます。また、らくの会の運営や企画のことについても、こちらに書き込んで頂いて結構です。ただし、会員の方を誹謗中傷するような内容の他、不適切な内容の書き込みがないようによろしくお願いいたします。

## ビデオ講習のご案内

The screenshot shows a web browser window with the URL <http://kedsc.umin.jp/wc> and the page title 'SEED きょうと'. The website header includes the 'Seed Kyoto' logo and the text '独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業'. The main content area is titled '「きょうと摂食障害家族教室」' and contains the following text:

摂食障害患者さんを上手く支えていくために。

当会では月に1回、定期的に摂食障害の家族教室を行っています。

摂食障害は家族への影響が大きい病気です。また、家族が効果的に本人の支えになってあげることが、回復への近道となることも確かです。しかし病気の症状に振り回されてしまう本人に、どう対応してよいかわからない、というご家族は多いです。

この家族教室では摂食障害について、その診断の仕方や症状、患者さんの特徴や対応の仕方などについて、摂食障害の専門家がわかりやすくお話しします。またその後に患者さんのご家族同士で、「こういう時にはどういう対応をしたらうまくいった。」というような体験交流をして頂いて、患者さんへのその後の対応に生かしてもらおうようにしています。

**なお、当教室への参加はご家族のみで、ご本人は参加いただけませんのでご了承ください。**

講義資料

家族教室に申し込みされたものの、当日都合が悪く参加できなかった方のために、スライドと音声で講義を受けられるようになりました。

**家族教室ビデオ講習入口**

教室に参加するには

The left sidebar contains a navigation menu with the following items: はじめに, 設立主旨と運営, 活動カレンダー, 当事者の会, **きょうと摂食障害家族教室** (circled in red), 拒食・過食を乗り越えて, らくの会 (家族会), 賛助会員, 活動記録 (facebook), リンク, 役員入口.

欠席した回や復習をするために、ホームページからビデオ講習を受けてもらえるように致しました。ホームページの「きょうと摂食障害家族教室」のページに「家族教室ビデオ講習入口」というボタンを作っています。クリックすると ID とパスワードの入力を求められるので、ID family パスワード family でログインできます。家族教室に参加されていない方やらくの会以外の方に、ID やパスワードを教えることのないようお願いいたします。

## 「らくの会」会則

### 第1条 名称

本会は「らくの会」と称する。

### 第2条 目的

本会は食行動異常の患者をもつ家族を中心として結成し、食行動異常に対しての正しい理解を目指してともに学習し、さらに摂食障害者支援施設の設立・運営の活動を行っていくことを目的とする。

### 第3条 組織

本会の運営は、「SEEDきょうと」と連携・協力しながら、本会会員によって行われる。

### 第4条 方針

本会の目的を達成するために、次の方針に基づいて活動する。

1. 定期的に総会および定例会議を開く。
2. 定期的に、交流会を開く。
3. その他、本会の目的に沿った学習会・講演会などの定期、不定期の活動を行う。

### 第5条 会員

1. 本会は次の2種の会員を以て構成する。
  - a. 正会員・・・患者の家族（近親者）で「SEEDきょうと」の主催する家族教室を修了した者
  - b. 準会員・・・正会員の家族で、本会の目的に賛同し活動に参加協力する者。
2. 会員資格は会計年度にしたがって、1年毎に更新する。
3. 正会員が退会する場合は代表に報告する。

### 第6条 会計

1. 本会の会計は、年会費、学習会参加費、寄付金、その他の収入によって運営する。
2. 会計年度は、毎年4月1日に始まり翌年の3月31日に終了する。

### 第7条 会費

1. 年会費の金額は、正会員は1名につき5,000円、準会員は無料とする。当該年度分を同年度当初に納入し、それをもって同年度の会員登録を行う。
2. 定例会議・学習会・交流会参加費は、参加者からその都度、原則1名1回500円を徴収する。

### 第8条 世話人

1. 本会には、代表、副代表、各種係などの世話人を若干名置く。任期は1年とし、再任を妨げない。

### 第9条 総会・定例会議

1. 総会は本会の最高議決機関である。
  - a. 総会は、原則年1回開催する。
  - b. 重要案件の議決を行う際は臨時総会を開催する。
  - c. 総会の議決権は正会員が有する。
  - d. 議決は出席もしくは委任状を提出した議決権を有する者の2分の1以上の賛成を必要とする。
2. 定例会議にて本会による一般的な活動の議決を行う。
  - a. 定例会議は年複数回開催する。
  - b. 議決は出席もしくは委任状を提出した正会員の2分の1以上の賛成を必要とする。
3. 本会準会員は総会・定例会議の議決権を有しない。

### 第10条 改正

本会則は総会および臨時総会に於いて、出席もしくは委任状を提出した本会正会員の2分の1以上の賛成により改正することができる。

### 第11条 事務局

1. 本会の事務局は主たる事務所を京都府京都市南区西九条池之内町33 SEEDテラスに置く。
2. 前項のほか、事務局業務の一部についてSEEDきょうと事務局の支援を受ける。
3. 事務局は、会員並びに世話人との連携を保ち、会の目的に沿って会の運営を助ける。

## 制定・改訂履歴

平成 24 年 3 月 17 日制定

平成 25 年 3 月 16 日改正

平成 26 年 3 月 1 日改正

平成 27 年 4 月 18 日改正

---

## <運営の流れ>

4 月 15 日：継続会員の年会費納入（5000 円）締切。会計係より名簿係及び代表へ年会費納入者の報告。

4 月第 3 週土曜日：総会。会計報告。新規役員へ引継ぎ。SEED への寄付の決定。新年度開始

5 月末：3 月家族教室修了者の入会締切。年会費納入（5000 円）確認、名簿確定。

6 月：名簿係より名簿発送

9 月第 2 週土曜日：家族教室最終回の合同交流会。入会案内を実施。

11 月末：9 月家族教室修了者の入会締切。半期年会費納入（2500 円）、名簿追加。

2 月：会計係にて前年度からの継続会員の年会費納付状況確認。未納入の方へ対し、案内状送付。

2 月中旬：次期役員調整。

3 月第 2 週土曜日：家族教室最終回の合同交流会。入会案内を実施。

3 月末日：会計締日。

## <係一覧>

### \*代表（1名）

- ・ SEED との連絡役。
- ・ らくの会での議題について、決定した事項を SEED へと報告。
- ・ 何か問題が起これば聞き、随時、SEED へと報告。
- ・ 定例会議議事録を発送する。
- ・ info.rakunokai@gmail.com のメールをチェックする

### \*副代表（1名）

- ・ 代表と同じ仕事を分担する。

### \*書記（2名）

- ・ らくの会の定例会議の議事録を記録し、メーリングリスト、掲示板へ書き込む。
- ・ 代表および副代表へそれを報告する。
- ・ 2 月もしくは 3 月の定例会議の議事録には、次年度の年会費振込案内を含める。

### \*会計（2名）

- ・ 年会費の案内、管理
- ・ 年度当初に年会費納入を確認し、名簿係に連絡。家族会の中で使用する資金等の管理。
- ・ 3 月末、最終会計報告

### \*名簿係（1名）

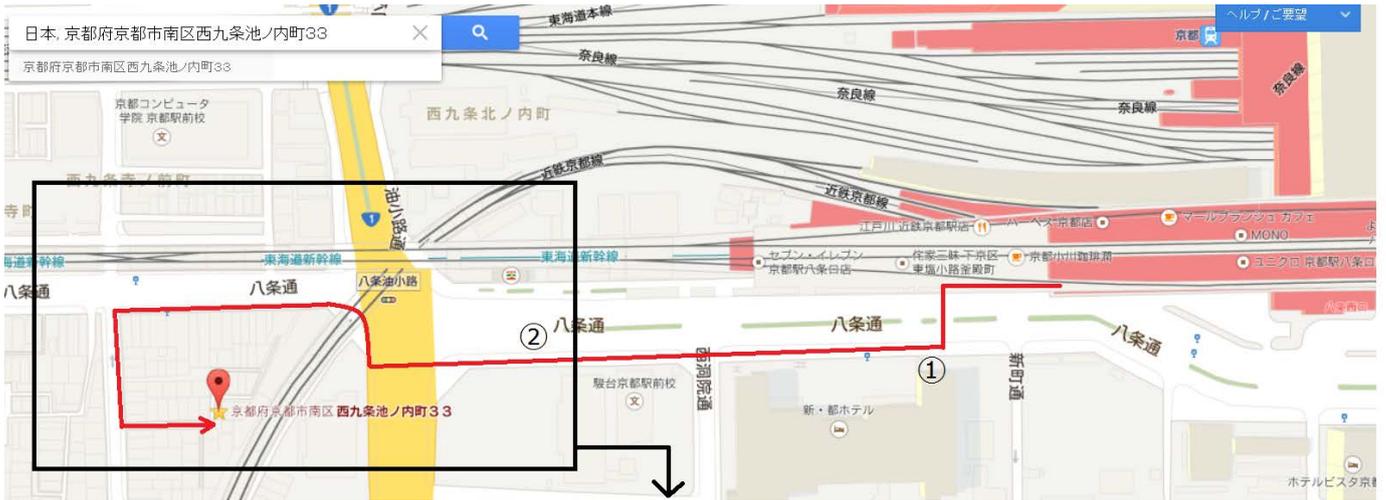
- ・ SEED テラスで「らくの会」宛ての郵送物の有無の確認。
- ・ 5 月末、11 月末：名簿一覧の作成（既存のものに追加の必要があれば追加するのみ）
- ・ 6 月：名簿発送（11 月末締め名簿発送は不要）

### \*鍵係（1名）

- ・ 鍵の管理

## SEED テラスへの道順

京都駅を八条口から降りてから、西の方に歩いて徒歩 10～15 分くらいです。地図の中の①～⑦までの番号の場所からみた写真が下にあります。迷ったら SEED テラス (TEL 075-748-7834) まで電話してください。



① 京都駅は南側の「八条口」から降ります。横断歩道を渡って西を向くと、このように左手に新・都ホテルが見えます。そのまま西にまっすぐ進みましょう。



② 西に進むと堀川との交差点に来ます。堀川通の横断歩道を渡りましょう。



③ 横断歩道を渡ると目の前は南ブライトホールです。少し北の方に進むと左に「天下一品」があるので、それを左に見ながら回り込んで、さらに西へ進みます。



- ④ しばらく道なりに進んでいくと、市バスのバス停があります。そのバス停をこえたところにある交差点を左折して南に向かいます。



- ⑤ 少し南に行く小さな交差点があるので、そこを左折します。



⑥ 左折するとこのような露地になっています。突き当りの家の左側が「SEED テラス」です。



⑦ ここが「SEED テラス」です。

