



## ACA 第11回関東地区合同ミーティング

### テーマ「自分を愛するようになった」

今年も関東地区の合同ミーティングを企画しました。今回のテーマは「自分を愛するようになった」。私たちは親から、知人から、たくさんの人から否定されて生きてきました。やがて、自分も自分を否定するようになりまして。そんな私が、ACAにつながり、自分を受け入れ、愛せるようになってきました。

ふだんは違うグループに通う仲間と、そんな「経験と力と希望」を分かち合ってみませんか？当日は「子どもの日」。私たちの中にある“内なる子ども”も、きっと喜んでくれるでしょう。

※ご自分にACの問題があるかもしれないと感じている方だけが参加できる、クローズドのミーティングです。ACAが初めての方も歓迎します。

※小グループに分かれて分かち合いをします。

日時：2025年5月5日（月・祝）13:00～17:00（開場12:50）

会場：浦和コミュニティセンター 第15集会室

住所：さいたま市浦和区東高砂町11-1（浦和パルコ・9階）

交通：JR「浦和駅」東口下車徒歩1分

プログラム（※多少変更の可能性あり）：

13:00 受付開始

13:15～13:40 ハンドブック輪読とスピーカーの話

13:40～14:40 分かち合い①

14:40～15:00 休憩

15:00～16:00 分かち合い②

16:10～16:30 グループ紹介ほか



～関東地区合同ミーティングについて～

「関東各地域のグループに通う仲間同士の交流を深めることで、ACA全体の成長と発展に寄与したい。」そのような思いから、2014年に始まりました。毎年一回、都内・神奈川県・茨城県・埼玉県など関東各地で開催されています。