

⑫摂食障害にお悩みの方のためのグループ

★OA（オー・エー、Overeaters Anonymous：オーバーイーターズアノニマス）

食べ物や食べ方の問題（過食、過食嘔吐、拒食、下剤乱用など）に関することや生き方の問題を分かち合っ、お互いに助け合うための自助グループ。

AAグループから導入した「12のステップ」という独自の回復プログラムに基づいて、ミーティングを行っている。

《事務局》

〒110-0004 東京都台東区下谷 1-5-12 上野郵便局留「OA事務局」

ホームページ <http://oajapan.capoo.jp/>

メールアドレス oajapan_20151212@yahoo.co.jp

★NABA（ナバ、Nihon Anorexia Bulimia Association

：日本アノレキシア（拒食症）・プリミア（過食症）協会）

摂食障害（拒食、過食、自己誘発嘔吐、偏食、下剤乱用など）からの回復と成長を願う人々の自助グループです。

活動内容は、ミーティング開催、月1回の会報発行、ワークショップやフォーラム・セミナー開催、電話相談、テレフォンメッセージ提供、NABA応援団、月1回のニューズレター発行など。

《事務局》

〒156-0057 東京都世田谷区上北沢 4-19-12 シャンボール上北沢 212

問い合わせ・電話相談（総合）TEL：03-3302-0710

（月・水・木・金 13:00～16:00 ※祝祭日を含む）

家族の相談 TEL：03-3302-0580

（第2・第4火曜 13:00～16:00 ※総合相談でも家族の相談は可能）

ホームページ <http://naba1987.web.fc2.com>

★やどかり

摂食障害者の家族・友人・パートナーのための自助グループミーティング。

NABAの中で行われている。

場 所：NABA事務所 ミーティング（第1・3火曜 13:00～16:00）

電話相談：03-3302-0580（第2・4火曜 13:00～16:00）

※上記の曜日以外はNABAの電話でも家族の相談・問合せを受けている。