

グループ名	区分	概要	ホームページ
オンライン			
Room E(eating disorders)	本人	アスク認定依存症予防教育アドバイザー2名が管理する摂食障害のオンライン自助グループです。ZoomとLINEオープンチャットを使用して、ミーティングの他、グループ内で小さな企画イベントなども実施しております。	https://www.ask.or.jp/adviser/online-room.html
女の子たちの60分フリー	キャスト・チャトレ・セラピさん本人	Twitterのスペースを使って風テラススタッフが募集したお題やお悩みに沿ってトークしていきます。発言したいという方はスピーカーとしてお話していただくことができます。URLは風テラスのTwitterなどでお知らせします。 キャスト・チャトレ・セラピさん限定ですが、他の参加者も試聴することが可能ですので、気になる方は匿名アカウントをご利用ください。	https://twitter.com/60minforyou
オンラインあかりトーク	本人	似たような属性の仲間や遠方の人たちとわかちあう、オンライン上のあかりトーク(摂食障害ご本人の自助グループ)です。 毎回テーマを決めたり決めずに、京都や石川あかりトークのファシリテーターが実施しています。	https://future-butterfly.net/category/online-t/
北海道			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	「Overeaters Anonymous＝オーバーイーターズ・アノニマス」というグループのこと。 「自分の食べ方には何らかの問題がある」「食べ物を使って自分を傷つけるのをやめたい」という気持ちがあれば、誰でもOAのメンバーになれます。OAはメンバーたちがミーティングへの参加を通して、お互いに経験と力と希望を分かち合いながら、回復を目指すための自助グループです。 OAの目的は、食べ物や食べ方に関する問題から離れて生きていくための方法を探し、まだ一人で苦しんでいる人たちにこの回復のメッセージを運ぶことです。	http://oajapan.capoo.jp/
札幌SORA	本人	いいっぱなし、聞きっぱなしのミーティングや、フェローシップでの仲間の交流を行います。摂食障害当事者であれば、年齢性別不問。非会員制ですので、ご都合の良いときに、お気軽にいらして下さい。	http://blog.goo.ne.jp/sapporo-sora-meeting
宮城県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
蓮のつどい	本人	この会は、摂食障害を中心に様々な悩みを抱えている方々の集まりとして2014年5月に発足いたしました。摂食障害は、気づきも相談も治療もなかなか難しいのが現状です。食べ物だけでなく、男性や買い物などへの依存傾向、抱え込んだ生き辛さといった悩みを共に分かち合う機会を作れればと思います。基本的にはご本人を対象にしておりますが、ご家族等関係者の方も歓迎いたします。	http://ameblo.jp/meeting-lotus/
山形県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
福島県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)

群馬県			
KAぐんま	本人	KAぐんまは、万引き・盗癖を繰り返し、やめたいと望んでいる仲間が集まるグループです。摂食障害の仲間もいます(私もです)。クローズドミーティングなので本人しか参加できないのですが、万引きで苦しい思いをした方、している方、大歓迎です。子ども連れで参加している仲間もいるので、わきあいあいとしたグループです。	http://www2.wind.ne.jp/Akagi-kohgen-HP/
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
千葉県			
M. Tねっとわーく	家族	M. Tねっとわーくでは、摂食障害の子どもを持つ家族同士が集まり、悩みや不安を話し合える「しゃべり場」を開いています。拒食や過食嘔吐の悩み、暴言 暴力 金銭面での悩みなどを参加された家族で話し合っています。一人で抱えずみんなで一緒に考えましょう。開催日は偶数月の2. 4. 6. 8. 10. 12月に開催しています。奇数月1. 3. 5. 7. 9. 11月は「傾聴勉強会」となります。	https://mtnetwork.wixsite.com/kateinai-keicho
摂食障害家族の会ポコ・ア・ポコ	家族	家族の方へ「摂食障害の理解と対応の方法」の勉強会および相談会を行っています。インターネットでの勉強会も行っています。	http://pokoapoko.b.la9.jp/
埼玉県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)

東京			
KA(クレプトマニアクス・アノニマス) 世田谷	本人	KA(クレプトマニアクス・アノニマス)は万引きや盗癖など、盗むことに困っている方ならどなたでも参加することができます。 ・経験と希望と力を分かち合って共通の問題を解決し、ほかの人たちにも盗むというアディクションから回復するよう手助けしたいと願う者が集まった共同体です。 ・ミーティングは『言いつばなし』『聞きつばなし』で行われます。 ・KAはアノニミティ(匿名性)を大切にしています。個人情報を明かす必要はありません。	http://kasetagaya.html.xdomain.jp/
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
あかりトーク	本人	あかりトークは、あかりプロジェクトが運営する自助グループです☆ 摂食障害やアルコール、男性、買い物依存など、依存症の症状をお持ちの方や、もう症状はないけれどなんとなく生きづらさを感じておられる方で集まって気持ちを分かち合います。そこで話されたことは絶対に外部にもらさないという約束の元で集まっていますので、どうぞ安心して足をお運びください。みんなで話せること、楽しみにしています☆	https://future-butterfly.net/
すずらんの会	家族	この会は摂食障害の子を持つ家族の集まりとして2005年に発足しました。親同士のための「経験による話し合い、意見交換」の場ですので、治療やカウンセリングを行うものではありませんが、共通の悩みを語り合うことにより、参加者は気持ちをリセットし、元気を充電して、それぞれの家庭に戻っていくことができます。	http://blog.goo.ne.jp/suzurannokai
ともあしの会	本人	ともあしの会は「摂食障害の話を(ほぼ)しない、摂食障害の自助グループです。	https://ameblo.jp/tomoasi/
摂食障害の子をもつ親の自助グループ『あんだんて』	家族	“あんだんて”は家族の自助グループとして活動してきました。設立して14年目に入りました。家族のだれもが参加できます。実際は娘を心配してお母様一人で参加されることが多いですが、ご夫婦で参加の場合もあります。まずは人の話を聞くことから始め、その場所が安全だと思えたら自分の言葉でお話していただきます。共感し合えるお仲間に出会うことが、遠回りのようで実は回復の近道と考え、日々活動しています。	http://www2.wind.ne.jp/Akagi-kohgen-HP/ED_andante.htm
東京かなりあ	本人	摂食障害のための自助グループです。	https://canaryshop.hatenadiary.com/
神奈川			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
ともあしの会	本人	(東京と同様)	(東京と同様)
食行動異常研究会 part II	家族	当会の趣旨は、摂食障害に悩む患者さんと家族の方々、また治療にかかわっている人たちそして摂食障害に関心をもつ人たちが一同に会し、対等の立場で情報交換を行い、様々な立場で遭遇する問題点に対処していこうとするものです。	https://shokukoudouijyou-kenkyukai.jimdosite.com/
新潟			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
富山			
あかりトーク	本人	(東京と同様)	(東京と同様)
石川県			
あかりトーク	本人	(東京と同様)	(東京と同様)
あかりプロジェクト・親と子(経験者)の茶話会	家族	(富山県と同様)	(富山県と同様)
いまこ親の会 たんぽぽカフェ	本人	若者がひきこもり状態から一歩踏み出す場。気軽に集まり自由に過ごします。ぽおつしたり本を読んだり人と話したりなにをしてもOK。この日は個別相談も承ります。	(連絡先) dekunobodo@yahoo.co.jp

福井県			
①やよい会 ②福井登校拒否を考える会 ③18才以上の会	家族	①②③ともに不登校、ひきこもりの家族会。回復者(本人)も参加しており、親、子供達、関心のある方どなたでも参加OK。代表の中嶋先生は当事者の親として、長年関わってきた経験の中でアドバイスされています。	(連絡先)①②③中嶋良三まで0776-35-1645
こぶしの会(摂食障害家族の会)	家族	福井県の摂食障害の親の会です。家族、本人、関心のある方、どなたでも参加することができます。一同と一緒にそれぞれの思いを語り合い、支えあい、共感を持ちながら摂食障害の回復に向けて学びあう場所です。	https://anotherworld-fly.amebaownd.com/
パンビの会～摂食障害家族会 自助グループゆっくり	家族・本人	摂食障害に悩んでいる家族と本人のための会です。本人の参加人数によって、家族と本人を部屋で分けて会を行っています。少しでも興味を持っていただけたら、ちょっと見学にいくくらいの気持ちで、お気軽にご参加ください。	(連絡先)会場の福井市健康福祉センターまでお問い合わせください
岐阜県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
山梨県			
Peer	本人	Peerは、「ひとりぼっちじゃないんだ」ということを、たくさんの仲間たちに伝えたい、という思いからつくられた摂食障害の自助グループです。長野県松本市と、山梨県甲府市にて、言いっぱなし聞きっぱなしなどのミーティングを中心とした活動をしています。	http://peerful.jp/
マーサウの会(摂食障害の家族の会)	家族会		http://www.sumiyoshi-hp.or.jp
長野県			
Luce(ルーチェ)			http://self-help7luce.cocolog-nifty.com/blog/
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
Peer	本人	(山梨県と同様)	(山梨県と同様)
パステル・ポコ	本人・家族	長野県摂食障害の自助グループ(セルフヘルプグループ)。東御市で活動しています。安心、安全な場所です。当事者と家族会があります。	https://pastelpoko-tomi.localinfo.jp/
静岡県			
食べて幸せになる会	本人	当事者が基本のミーティングですが、ご家族の参加も受付けています。	http://peerclinic.jp/tabete-happy/
摂食障害の親の自助グループ めくもり	本人	「めくもり」は、摂食障害の家族を持ち、悩んできた人たちが、一人で悩まないで同じような問題を抱えた仲間と共に、成長と回復を願って作られました。	http://nukumorishizuoka.jimdo.com/
愛知県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
三重県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
ぱる			https://ameblo.jp/miepal2012
マカロン	家族	参加資格として支える家族であること。当事者ではない事。支える方であれば家族以外でも可。回復者で協力者歓迎。	http://ameblo.jp/mie-macaron/
佐賀県			
かなりあしよつぷ(滋賀県)			http://www.osk.3web.ne.jp/~irabuti/canary/
京都府			

OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
あかりトーク	本人	(東京と同様)	(東京と同様)
大阪府			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
あゆみの会	家族	ご家族を中心とした摂食障害の自助グループです。	https://ayuminokai2014.wixsite.com/ayuminokai
ともあしの会	本人	(東京と同様)	(東京と同様)
ママラボ	本人	摂食障害をもつママ(妊婦さん可)の自助グループです。	https://blog.goo.ne.jp/mamaddiction
兵庫県			
神戸ともあしの会	本人	ともあしの会は、摂食障害を主とした生きづらさを感じている方当事者のセルフヘルプ(自助)グループです。	https://ameblo.jp/tomoasi-kobe/
神戸NABA			http://kobnaba.web.fc2.com/index.html
特定非営利活動法人ガジュマルの船		摂食障害をはじめとする依存症当事者で、日々ミーティングなど様々な活動をしています。2020年に神戸市三宮に常設事務所を開設しました。ミーティングは事務所とオンライン併用なので全国各地からの参加も可能です。HP、Facebook、Twitter、CANPANブログで、随時、報告と告知してます！お気軽に、お問い合わせください。	https://gajumaruship.jimdofree.com/
奈良県			
KA(クレプトマニアクス・アノニマス)かんさい	本人	KAは「クレプトマニアクス・アノニマス」の略称です。万引き・盗癖というアディクションを持つ人々のための自助グループです。	(連絡先) akgtake@mail.gunma.med.or.jp
和歌山県			
摂食障害自助グループ 和歌山バナナ	本人	過食や拒食など摂食障害を持つ人が自由に安心して話し合える場です。お休みの日もありますのではじめて参加される方はりいぶる企画課まで問い合わせてください。参加は無料です。	(連絡先)男女共生社会推進センター“りいぶる”企画課 e0315011@pref.wakayama.lg.jp
摂食障害本人の仲間の会「つながり」	本人	食べ方、食べ物、カロリー、痩せることなどに囚われる。強迫観念。過食をやめたいけどやめられない。過食嘔吐してしまう。下剤の乱用。体型への囚われ。これって何？私の食べ方何かへん？自分の経験、体験、感じていることなどを仲間とミーティングの中で分かち合うことによって、お互いに助け合う自助(セルフヘルプ)グループです。	https://plaza.rakuten.co.jp/tunagariwakayama/
広島県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
ふくやまNABA	本人・家族	2004年10月に2人の仲間からスタートしました。言いっぱなし、聞きっぱなしのミーティングのあと、残った時間はフリートークの時間としています。2012年4月から家族の会も始まりました。親御さん、ご兄弟、パートナーの方等ご参加お待ちしております。	http://fukuyamanaba.chu.jp/index.html
香川県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)
愛媛県			
リボンの会	本人	摂食障害本人女性だけのグループです。わきあいあいとした雰囲気です。	http://hws7.wh.qit.ne.jp/ribonnokai/
福岡県			
OA オーバーイーターズ・アノニマス	本人	(北海道と同様)	(北海道と同様)