



長崎県依存症家族教室



家族の依存症の問題を自分だけで抱えていませんか？

依存症とは、日常生活に支障をきたしているにもかかわらず、のめり込み、やめたくてもやめられない状態におちいることを言います。依存対象は、アルコール、薬物、ギャンブル・・・などさまざまです。依存症は人を巻き込む病気と言われ、身近な家族は特に心身共に疲れきってしまいます。長崎こども・女性・障害者支援センターでは、依存の問題で悩んでいるご家族を対象に依存症家族教室を開催します。

まずはお気軽にご相談ください！

目的： 依存症についての正しい知識を知り、本人への適切な対応方法を学ぶ。
ミーティング（参加者が依存症について語り合う場）でお互いに不安や悩みを語り合い、問題を共有し、情報交換を行うことによって家族の回復をめざす。

対象者： 依存の問題でお困りのご家族等

日時・内容

日時	内容
7月14日(火) 13:30～15:30 申込締切:7月3日(金)	・講話「依存症について～ご家族に知ってほしいこと～」(精神科医師)
8月18日(火) 13:30～15:30 申込締切:8月7日(金)	・家族からのメッセージ ・ミーティング
9月8日(火) 13:30～15:30 申込締切:8月28日(金)	・講話「借金問題への適切な対処法」(弁護士)
10月13日(火) 13:30～15:30 申込締切:10月2日(金)	・回復施設「グラフ・ながさき」からのメッセージ ・ミーティング
11月10日(火) 13:30～15:30 申込締切:10月30日(金)	・CRAFT(家族支援プログラム):「家族も楽になっていい」 ・ミーティング

参加費は無料です。
どの回からでも参加
できます！各回の締
切までにお申し込み
ください。

場所： 長崎こども・女性・障害者支援センター（長崎市橋口町10-22） 2階 大会議室
遠方にお住まいでセンターへの来所が難しい方については、お近くの保健所からオンラインで参加することもできます。一度センターにご相談ください。

申込方法： お電話でお申し込みください。初回面接を行い、参加票を提出していただきます。参加票にはお名前等を記載していただきますが、教室にはアノニマスネーム（ニックネーム）で参加が可能です。

以前、参加された方からこんな感想をいただきました



同じ境遇の方とこのような機会を得ることができて、元気をもらうことができた。
心が少し楽になった。

たくさんの人に助けをもらい、依存症と向き合い、勉強する機会を作ることができた。
当事者や家族の話聞いて、とても共感することが多かった。



<お申し込み・お問い合わせ>

長崎こども・女性・障害者支援センター 精神保健福祉課 TEL 095-846-5115

