



依存問題等家族グループのご案内



このようなお悩みやご心配はありませんか？

家族がお酒、薬物、ギャンブル、買物、ゲームなどをやめられずに困っている

依存症について知りたい

家族の気持ちを話す場所が欲しい

依存とは、不安や緊張、生きづらさなどにより、自分では心をうまく支えられなくなり、お酒や薬物などの物質や、ギャンブルや買物などの行為、人などに依存することで心の拠り所を探している状態です。

依存問題等家族グループでは、専門講師による講義やミーティングを通して現状の理解や対応方法を学び、解決の糸口を見つけていきます。

普段話せない思いを話すことで、ご家族の気持ちを軽くする場でもあります。どうぞご利用ください。

【日時】

毎月 第3金曜日 13:30~15:00

【日程】

4月21日	10月20日
5月19日	11月17日
6月16日	12月15日
7月21日	1月19日
8月18日	2月16日
9月15日	3月15日

【講義内容】

- ・ 依存症とは
- ・ 家族が受ける影響
- ・ 依存症からの回復
- ・ ひとりで悩まず相談しよう
- ・ ミーティングの力 など

【場所】

目黒区保健所 保健予防課（目黒区総合庁舎本館3階）

住所：目黒区上目黒2-19-15

【対象の方】

目黒区内に在住または在勤されている方のご家族

【お問合せ・お申込み】

目黒区保健所 保健予防課 保健相談係

電話：03-5722-9504 ※事前にお電話でご予約ください

