

アルコールやギャンブルの問題でお困りのご家族へ

令和8年度「家族学習会」

アルコールやギャンブルによって繰り返される問題の背景には、「依存症」という「病気」が隠れているかもしれません。家族が病気を正しく理解し、適切な関り方を学ぶことが、本人の気づきや依存症からの回復を促し、本人の問題に家族が巻き込まれないための一助にもなります。

この家族学習会では、同じ悩みをもつ家族の皆さんと“家族のかかわり方（対処法）”を考え、学んでいきます。

家族だけで抱え込まないことが大切です。ぜひご参加ください。

対 象 アルコールやギャンブルの問題でお困りのご家族

日 時 令和8年4月～令和9年3月

第3水曜日 午後2時～3時30分

内 容

4月15日（水）	クラフトとは何か？ まず初めに必要なこと
5月20日（水）	状況をはっきりさせよう ①
6月17日（水）	状況をはっきりさせよう ②
7月15日（水）	安全第一
8月19日（水）	コミュニケーションを変える ①
9月16日（水）	コミュニケーションを変える ②
10月21日（水）	望ましい行動を増やす方法
11月18日（水）	イネイブリングをやめるとは？
12月16日（水）	あなた自身の生活を豊かにする ①
1月20日（水）	あなた自身の生活を豊かにする ②
2月17日（水）	治療をすすめる
3月17日（水）	振り返り

場 所 山形県精神保健福祉センター

参加費 無料

申込み 初回参加時は、申し込みが必要です。
精神保健福祉センターにお問い合わせください。



<問い合わせ・申込み先>

山形県精神保健福祉センター

電話 023-674-0139

住所 山形市小白川町 2-3-30