

## アルコール家族ミーティング「二人三脚の会」

～ ひとりで悩まず、まずはここに来てみませんか？ ～

「二人三脚の会」は、アルコールの問題でお困りのご家族が集い、抱えている悩みや不安などを語り、聴き合うことのできる“分かち合い”の場です。

また、アルコール依存症とは何か、自分の家族に何が起きているのか、どのように接すればいいのか…などを、一緒に考え、学んでいきます。

- 日時 第1・2・3・5水曜日（祝日・年末年始は除く）  
午後2時 ～ 3時30分  
※第4水曜日はお休みですので、ご注意ください。
- 場所 山形県精神保健福祉センター（山形市小白川町2-3-30）
- 内容 参加者との分かち合い  
※第3水曜日は「家族学習会」です。  
家族学習会のみ、ギャンブルの問題を抱えたご家族も参加可能です。

◎参加にあたって **参加費は無料ですが、初回参加時は申し込みが必要です。**  
**山形県精神保健福祉センターにお申し込みください。**

“ミーティング”ってなに？  
どんなことをするの？

- ミーティングでは、参加者が輪になって、一人ずつ自由に、自分の胸の内を語り合い、聴き合います。
- 話したくないときは、ただ聴いているだけでもかまいません。
- ミーティングで話したことは  
“批判しないこと” “口外しないこと” がルールです。  
安心してご参加ください。

山形県精神保健福祉センターでは、  
保健師による個別の相談や、「依存症相談会」も開催しています。  
予約等が必要です。事前に当センターにご連絡ください。

○保健師による電話や来所での個別相談は、随時受け付けています。

来所相談を希望される場合は、事前に日程調整させていただきます。

○「依存症相談会」は、依存症（アルコール・ギャンブル・薬物等）の問題でお困りの方（家族や本人）のための相談会です。（予約制、参加費無料）



### 問い合わせ・申込み先

山形県精神保健福祉センター 住所 山形市小白川町2-3-30  
電話 023-674-0139