

依存症・家族教室

依存症の問題について、
ひとりで悩んでいませんか？

「もしかしたら依存症かもしれない」「何度もやめさせようと一生懸命やっているのにうまくいかない」「家族はどうしたらいいのかわからない」等と悩んでおられる家族のための教室を開催しています。依存症についてワークブックを用いて学習し、依存症の病気の理解、本人と家族の効果的なコミュニケーションの取り方、対応の仕方等を学んで頂く場です。みなさまのご参加を心よりお待ちしております。

主催：医療法人見松会 あきやま病院（長崎県依存症専門医療機関）

県北保健所からオンラインで参加します

日時：第2、4水曜日 13:30～15:30（水曜日が祝日の場合は、お休み）

対象者：アルコール、ギャンブル、薬物、その他の依存症問題に悩む家族。

内容：以下の内容で7回1クールとして実施。**どの回からでも参加可能**です。

（各回のプログラムが、いつ実施されるかについては、県北保健所までお問合せください。）

いずれの回も最後に家族同士のわかち合いの場を設けています。



	前半	後半
第1回	まずはじめに必要なこと 家庭内暴力の予防	相手に伝わるコミュニケーション・スキル基礎編① ‘わたし’を主語にした言い方
第2回	ミニレクチャー① 依存症者の心理	相手に伝わるコミュニケーションスキル ～やってみよう♪実践編～
第3回	飲酒問題の分析 ご家族自身の生活を豊かに	相手に伝わるコミュニケーション・スキル基礎編② 肯定的な言い方をする 自分の感情に名前をつける
第4回	ミニレクチャー② アルコールの身体への影響	相手に伝わるコミュニケーションスキル ～やってみよう♪実践編～
第5回	イネープリングを止め 望ましい行動をとる	相手に伝わるコミュニケーション・スキル基礎編③ 部分的に責任を受け入れる 具体的な行動に言及する 支援を申し出る
第6回	ミニレクチャー③ 依存症からの回復	相手に伝わるコミュニケーションスキル ～やってみよう♪実践編～
第7回	当事者の体験談を通して -質疑応答-	

参加費：無料

場所：県北保健所 多目的ホール

申込み：事前に県北保健所までお電話で申し込みをお願いします。

（申込み期限：開催日前週の金曜日※前週金曜日が祝日の場合は前週の木曜日）

申込み・お問い合わせ

長崎県県北保健所 地域保健課 保健福祉班

長崎県平戸市田平町里免1126-1

電話 0950-57-3933（担当：宮本、平川）

