



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、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。また、普段話せない思いを話すことで、ご家族の気持ちを整理する場でもあります。

どうぞご利用ください。

【日程】

毎月第3火曜日 13:30～15:00

4月15日	7月15日	10月21日	令和8年 1月20日
5月20日	8月19日	11月18日	2月17日
6月17日	9月16日	12月16日	3月17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
- ・ ミーティングの力 など

【場所】

目黒区保健所 地域保健課（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】 事前にご予約をお願いします

目黒区保健所 地域保健課 保健相談係 電話：03-5722-9504

（平日のみ 8:30～17:00）

