令和8年度　お酒の悩み　おはなし会

お酒のことで悩んでいるのは、あなただけではありません。
安心して話せる場所で、お酒の悩み、話してみませんか？

≪相談会の内容≫

プログラムは2部構成となっております。
第1部はご家族とご本人一緒に、第2部はご家族とご本人それぞれのプログラムになります。

	第1部　14時～15時	第2部　15時10分～16時10分
ご家族	**分かち合いの時間** （進行役：千葉断酒新生会会員） お酒に関する様々な悩みや心配事について、家族と本人、それぞれの話を聞いて、お互いの気持ちを共有してみませんか	**家族の学習会**（講師：船橋北病院相談員） アルコール依存症という病気についての正しい知識を知り、お酒に振り回されないコミュニケ-ション方法を学ぶ会です。　※学習会の詳細は裏面参照
ご本人		**座談会**（進行役：千葉断酒新生会会員） 当事者間でしか打ち明けられない胸の内をざっくばらんに話しましょう。

病院や断酒会に行くのはハードルが高いけど、現地スタッフに話を聞いてみたいという方もお待ちしております😊

≪日程≫ 毎月1回　第3金曜日　14:00～16:10

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

≪場所≫ 千葉市こころの健康センター　多目的室（千葉市美浜区高浜2－1－16）

≪対象者≫ 千葉市在住・在勤・在学の方　※参加費無料

お申し込みはこちら👇　※電話、FAX、メール、電子申請のいずれかの方法にてお申し込みください

千葉市こころの健康センター
- 電　話：043-204-1582
- ＦＡＸ：043-204-1584
- メール：kokoronokenko.HWS@city.chiba.lg.jp

※メールでお申し込みの場合は、件名「○月アルコールミーティング参加申込」とし、本文に氏名（ふりがな）・住所・電話番号・家族か当事者かを記載してください。

↑電子申請での
お申込はこちらから

≪令和8年度　家族の学習会の内容≫　　※変更となる場合もあります

日程	学習会の内容
4/17(金)	アルコール依存症とは 「依存症ってどんな病気？」
5/15(金)	問題の行動の分析 「状況をはっきりさせよう」
6/19(金)	クラフトプログラム 「本人が受診拒否、どうしたら良い？」
7/17(金)	コミュニケーションを変える 「アイ・メッセージ」
8/21(金)	イネイブリングをやめる 「本人の為にやっているのに問題行動が悪化！？」
9/18(金)	世代間連鎖 「家族への影響について」
10/16(金)	アルコール依存症とは 「依存症ってどんな病気？」
11/20(金)	～第2回アルコール関連問題啓発セミナー～ ※11/20 は千葉県断酒連合会との共催によるイベントとなります。 講演会の他、当事者・家族による体験談やシンポジウムを予定しています。
12/18(金)	クラフトプログラム 「本人が受診拒否、どうしたら良い？」
1/15(金)	コミュニケーションを変える 「アイ・メッセージ」
2/19(金)	イネイブリングをやめる 「本人の為にやっているのに問題行動が悪化！？」
3/19(金)	世代間連鎖 「家族への影響について」

学習会は、継続的にご参加いただくことで、ご家族の気づきや学びが深まるよう、
毎回異なるテーマを設定しています。興味のあるテーマやご都合にあわせて、単発で
ご参加いただくのも大歓迎です！