

令和6年度 アルコール・薬物・ギャンブルのご相談

本人、家族向け

みんなのアルコール相談【毎月】

「健康にお酒を飲み続けたい」「お酒の量を減らしたい」「お酒をやめたい」といったご本人の相談、「家族の飲み方が心配」「お酒をやめて欲しい」といったご家族の相談に医師が対応します。

薬物・ギャンブル依存相談【毎月】

「やめたいけど やめられない」「周囲には話しにくいけど相談したい」等薬物・ギャンブルの悩みについてご本人・ご家族からの相談に医師が対応します。

上記相談の開催場所けやき会館（相模原市中央区富士見 6-6-23）

※日時につきましては、お申し込みの際にご確認ください。

本人向け

依存症回復プログラム「FLOW」

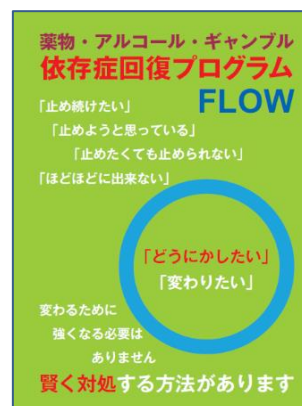
内 容： 飲酒・薬物使用・ギャンブルをしない毎日を過ごすために必要な知識や技術を学びます！

対 象： 相模原市在住・在勤でアルコール・薬物・ギャンブルへの依存で困っている方が対象です。依存症と診断されていない方や、やめようか迷っている方でも参加いただけます。

定 員： 8名

開催日時： 毎週金曜日（年末年始、祝日は休み）午後2時～3時30分

開催場所： 相模原市民会館（相模原市中央区中央 3-13-15）ほか



ご相談・プログラムの利用について（すべての事業に共通です）

- ご利用の前にご来所いただき、お話を伺います
- まずは、裏面記載の精神保健福祉センターまで電話でご連絡ください

裏面をご覧ください

家族向け

依存症家族教室「サフリ」

アルコール・薬物・ギャンブルの悩みを抱える人のご家族が対象です。テキストや依存症から回復された方の体験談を聞いて学び、ご本人に対する適切な対応方法について学びます。

- ◇ 定員 10名
- ◇ 日程 毎月第4火曜日
- ◇ 開催時間 午後1時30分～3時30分
- ◇ 開催場所 相模原市民会館
(相模原市中央区中央 3-13-15)

回	日程	回	日程
第1回	令和6年 4月23日(火)	第7回	10月22日(火)
		第8回	11月26日(火)
第2回	5月28日(火)	第9回	12月24日(火)
第3回	6月25日(火)	第10回	令和7年 1月28日(火)
第4回	7月23日(火)		
第5回	8月27日(火)	第11回	2月25日(火)
第6回	9月24日(火)	第12回	3月25日(火)

※使用するテキスト



依存症家族教室「サフリ」では、「CRAFT(クラフト)」というプログラムを行います。

CRAFTは家族を対象とし、①本人の問題行動を減らす、②本人に治療へ参加してもらう、③本人が治療に参加するかどうかに関わらず家族など相談者自身の幸福感を高めることを主な目標にしています。

家族向け

家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」

ひきこもり・アルコール・薬物・ギャンブルの悩みを抱える人のご家族が対象です。外部講師を招き、家族自身の負担を軽減すること、家族関係を改善することを目的として開催しています。「こちよいい気持の伝え方」や各月のテーマに沿った内容について、ワークやロールプレイも取り入れながら開催していきます。

- ◇ 定員 20名
- ◇ 日程 毎月第3水曜日
- ◇ 開催時間 午後2時～4時
- ◇ 開催場所 相模原市立産業会館4階
(相模原市中央区中央 3-12-1)

回	日程	回	日程
第1回	令和6年 4月17日(水)	第7回	10月16日(水)
		第8回	11月20日(水)
第2回	5月15日(水)	第9回	12月18日(水)
第3回	6月19日(水)	第10回	令和7年 1月15日(水)
第4回	7月17日(水)		
第5回	8月21日(水)	第11回	2月19日(水)
第6回	9月18日(水)	第12回	3月19日(水)

ご予約・お問合せ 相模原市精神保健福祉センター

電話 042-769-9818

月曜日～金(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～正午 午後1時～午後5時