

東京都立多摩総合精神保健福祉センター

依存症家族教室のご案内

どの回からでも、何回でも参加できます。費用は無料です。

お申し込み・お問い合わせ

Tel 042-371-5560（「こころの電話相談」月～金 9:00～17:00）

- まず、電話でお申し込みください。相談員との個別面接後、ご参加いただけます。センターでの個別相談は継続できます。
- 他の機関ですでに相談中という方も、個別面接を受けていただいた後、ご参加いただけますので、まず「こころの相談電話」でこの旨をお伝えください。

実施プログラム

A 依存症とは

本人や家族の状態をどのように理解すれば良いのでしょうか？依存症という病気とは？

担当 当センター相談員

B 依存症と医療の役割

アルコール・薬物などの摂取によって身体や脳に何が起きるのでしょうか？ギャンブルの場合は？病院での治療とは？ 依存症治療に携わる医師からお話を聞きます。

担当 精神科医師

C 依存症と借金の問題

依存症とお金の問題について考えます。家族はどう捉え、対応したらよいのでしょうか。専門家にお話を聞きます。

担当 司法書士

D 家族の対応

あなたとご本人との関係を振り返り、依存症が家族に及ぼす影響、適切なコミュニケーション、家族自身の感情やケアについて考えます。

担当 当センター相談員

E 回復とは

毎回、回復者や自助グループのゲストを招きメッセージを届けていただきます。

（断酒会、ダルク、ナラノン・ギャマノン・マック等）

F 松本先生のQ&A

ご家族からの質問に添って、精神科医師から解説、回答をいただきます。

担当 精神科医師

- ☆ 年間を通してA～Fのプログラムを繰り返し行います。（当日の流れや内容は各回ごとに異なります）
- ☆ 開始前に30分程度のビデオタイム（自由参加）があります。
- ☆ 上記の他に、毎月第2火曜日にグループワーク「家族の対応一語らいの会」を行っています＜裏面参照＞。
- ☆ 拡大版家族教室として、多摩地域にお住まいの依存症の方のご家族や、関係機関の方を対象に「公開講座」を年数回実施しています。
- ☆ 詳しくは別紙、家族教室日程表をご確認ください。

場所

多摩総合精神保健福祉センター
研修室 または セミナー室4

交通

小田急線・京王線・多摩モノレールの多摩センター駅よりバス
（12番「多摩南部地域病院行き」）で「多摩南部地域病院」
下車、徒歩3分
バスの発着は10分～15分間隔 乗車時間約5分

家族の対応－語らいの会－のご案内

他の家族の話が聞ける！
スタッフと一緒に、
具体的な対応を考えられる！



この1ヶ月の変化をたどって、出来ていることを確認し、この先進む道を確認することが「家族の対応－語らいの会－」の目的です。

一人ひとり、ひと家族ごとに求める「解決」のありようは違います。自分や自分の家族にとって最も有効な方法に対話のなかから考えましょう。

「家族の対応－語らいの会－」は参加者のお話に対してスタッフがコメントを返しながらか進めます。1回で終わらず続けて参加することに意味のあるプログラムです。

- ★ 家族教室（他の機関で実施されているプログラムも含む）に初めて参加される方は、見学からでもかまいません。
- ★ 「家族の対応－語らいの会－」のみの参加、他機関との併用も可能です。

※令和7年度から名称を変更しました。

日程

毎月第2火曜日 詳しくは家族教室日程表をごらんください。

時間

午後1時30分～午後4時00分（途中休憩あり）

場所

多摩総合精神保健福祉センター 研修室

お申し込み・お問い合わせ

・既に個別面接をされた方：申込不要です。ご自由に参加いただけます。

・まだ個別面接されていない方：

裏面、家族教室のご案内のとおりです。下記にお電話ください。

TEL 042-371-5560（こころの電話相談 月～金 9:00～17:00）



←HPはこちらの
二次元コードから！

