

# 依存に悩む家族等のための教室

アルコール、薬物、ギャンブル…依存症は、本人より先に家族が悩み困り果てる病気です。本人はなかなか問題を認めず、治療や相談の場に行くことに強く抵抗します。

「こんなに心配しているのに、なんでわかってくれないの?」

そんな家族の気持ちを効果的に伝える方法(\*1)があります。

「依存症＝脳の病気」 その対応について、一緒に学んでいきましょう。

参加無料

	日 程	テ ー マ
2026年	4月10日	「依存症についてよく知ろう！」 ～おきている問題を整理しよう～
	5月 8日	「茨城ダルクからのメッセージ」
	6月12日	「イネイブリングをやめるとは?」
	7月10日	「家族の生活を豊かにする」 ～先行く仲間に聞いてみよう～
	8月14日	「コミュニケーションをかえよう！」 ～望ましい行動を増やすために～
	9月11日	「依存症の回復について知る」 ～治療につながるために～
	10月 9日	「依存症についてよく知ろう！」 ～おきている問題を整理しよう～
	11月13日	「茨城ダルクからのメッセージ」
2027年	12月11日	「イネイブリングをやめるとは?」
	1月 8日	「家族の生活を豊かにする」 ～先行く仲間に聞いてみよう～
	2月12日	「コミュニケーションをかえよう！」 ～望ましい行動を増やすために～
	3月12日	「依存症の回復について知る」 ～治療につながるために～

☆ 6回シリーズのプログラムで、どの回からでも参加できます。  
この教室は、茨城県精神保健福祉センターの協力を得て実施しています。

【日程】 毎月第2金曜日 午後 2:00～3:00 (受付 1:00～)

【会場】 筑西合同庁舎 1階 筑西保健所 相談室 4  
(所在地：筑西市二木成 6 1 5)



## 依存症専門相談【予約制】

毎月第2金曜日 個別相談対応しています。

## 【申込み・問い合わせ】

事前にお申込みください～

茨城県筑西保健所

保健指導課 こころの相談 担当

電話 0296-24-3965 (ダイヤルイン)

\*1 家族プログラム「クラフト」について

～アメリカで開発された家族プログラム～

☆飲酒や薬物の問題を抱えた人の治療導入率が70%  
という目覚ましい研究報告があります。

- 家族が今まで使えていなかった力が使えるようになる。
- 本人が治療につながりやすくなる。
- 家族が元気になる ～という効果が実証されています。