

様々な依存の問題から一緒に回復しませんか リカバリーミーティング



アルコール・薬物・ギャンブル・買い物・ゲームなど、特定の物質や行為に過度にのめり込み、仕事や学業・健康・家庭…と様々な問題を抱えているのにやめられない状態が依存症です。

依存症は「アルコール・薬物・ギャンブル・買い物・ゲームなどに頼らない生き方」をすることで回復できる病気です。

依存の問題に理解のあるスタッフや回復者がサポートします。プライバシーは守られますので安心してご参加ください。

日時 毎月第2・第4火曜日 午後1時30分～3時30分

会場 静岡県精神保健福祉センター
(静岡市駿河区有明町2-20 静岡総合庁舎別館3階)

対象 アルコール・薬物・ギャンブル等、依存の問題で困っている方(定員10名程度)

* 依存対象は問いません

* 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できます

内容



- テキストを使用し、依存症について正しい知識を学び、適切な対応方法を身につけます。
- 回復者スタッフの体験談や、同じ悩みを抱く仲間とのわちあひから、自分自身を振り返ります。
- 1クールはプログラム10回＋フォローミーティング2回。途中からでも、何クールでも参加できます。
- 参加費は無料です。

申込み

初参加の方には個別面接を実施しています。まずはご連絡ください。

静岡県精神保健福祉センター 電話番号：054-286-9245

月～金(祝日除く) 午前8時30分～午後5時



令和7年度 リカバリーミーティングの予定



日時

毎月第2・第4火曜日 午後1時30分～3時30分

* 定例日以外

回数	第1クール	第2クール	プログラム
第1回	4月8日	10月7日*	依存症ってどんな病気？
第2回	4月15日*	10月21日*	引き金と欲求
第3回	5月13日	11月11日	薬物やアルコール、ギャンブルのある生活からの回復段階ー最初の1年間
第4回	5月27日	11月25日	あなたのまわりにある引き金について
第5回	6月10日	12月9日	あなたのなかにある引き金について
第6回	6月24日	12月23日	薬物やアルコール、ギャンブルのない生活を送るための注意事項
第7回	7月8日	1月13日	回復のためにー信頼、正直さ、仲間
第8回	7月22日	1月27日	再発を防ぐには
第9回	8月12日	2月10日	これまでの取組を振り返る ～強くなるより賢くなろう①～
第10回	8月26日	2月24日	あなたの再使用や再開・再発のサイクルは？ ～強くなるより賢くなろう②～
—	9月9日	3月10日	フォローミーティング①
—	9月30日*	3月24日	フォローミーティング②



アクセスマップ

詳しくはホームページをご覧ください

