



# お酒と上手に 付き合うための勉強会

## ～強くなるより賢くなろう～

当センターでは、お酒の飲み方を考え直したいと思っている方を対象に、勉強会を開催しています。お酒に飲まれない生き方を考えてみませんか。あなたからのお電話をお待ちしております。

- ☆勉強会に参加希望の方は、**事前面接（予約制）**が必要となります。
- ☆ご相談された方の秘密は守られます。匿名でのご相談も可能です。
- ☆ご家族やパートナーの方も、お気軽にご相談ください。

○内容：ASA T-A（秋田県版アルコール依存症回復支援プログラム）

- ・基本は個別面接によるプログラムです。（全6回／毎月1回程度、1回約1時間）
- ・主に「自身の飲酒問題の整理」「アルコール依存症の理解」「飲酒の再開防止に向けた具体的な対処と今後への備え」をワークブックを用いて学びます。
- ・学んだことを日常生活の中で実践に移していくことで、お酒にたよらない生活の実現を目指します。

○実施日時：相談により決定します。

- ・実施できる時間帯は平日10：00～16：00です。

○場所：秋田県子ども・女性・障害者相談センター

- ・秋田大学手形キャンパスの近くにあります。（秋田市手形住吉町3番6号）

○対象：以下の2点を満たす方

- ①自身のお酒の飲み方を考え直したい方。
- ②当センターでの事前面接の結果、本プログラムを受けることが適当と認められた方。

○費用：無料

お問い合わせ：秋田県子ども・女性・障害者相談センター  
精神保健福祉部（精神保健福祉センター 依存症担当）  
電話：018-831-3946  
住所：〒010-0864  
秋田市手形住吉町3番6号

