

ハートフリーカフェのご案内

あることに気持ち傾きすぎて 生きにくさを感じている方へ



「話す」ことは「放す」こと。
ハートフリーカフェは
同じように悩んでいる方同士で
学び合い、語り合う場です。

自分らしい生き方を見つけるきっかけやヒントに出会えるかもしれません。
お話が苦手な方は、聞くだけでもOKです。まずは、お気軽にお電話ください♪
支援者のご参加もお待ちしています。

アルコールグループ

アルコール等の問題で悩むご本人向け
偶数月の第3火曜日

ギャンブルグループ

ギャンブル等の問題で悩むご本人向け
奇数月の第3火曜日

対人関係グループ

対人関係等の問題で悩むご本人向け
偶数月の第1火曜日

依存症家族グループ

様々な依存症の問題で悩むご家族向け
奇数月の第1火曜日

時間 午後1時半から3時まで ※人数と内容により、3時半までになることがあります
会場 秋田県由利本荘保健所(由利本荘市水林408) ※変更になる場合があります
参加費 無料
内容 学習タイムとミーティング

予約問合せ

秋田県由利本荘保健所(こころの相談担当)

☎0184-22-4120