

お酒やギャンブル等の 楽しみ方で悩んでいる方へ

～ハートフリーカフェのご案内～



「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♪

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
4, 6, 8, 10, 12, 2月の第3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
5, 7, 9, 11, 1, 3月の第3火曜日

時	間	午後1時半から3時まで	※人数や内容により、時間が前後することがあります
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・ミーティング・情報交換	

保健師との面談による個別プログラムの実施

アルコール問題で悩む方、ギャンブル問題で悩む方、共依存などの対人関係で悩む方、
依存症の方をもつ家族向け

(各種テキストを用いてプログラムを実施します。お気軽にご連絡ください。)

秋田県由利本荘保健所(こころの相談担当)

予約問合せ

☎ 0184-22-4120

✉ yuriknet@pref.akita.lg.jp