**令和７年度アルコールミーティングご案内**

参加費無料

日程　**毎月１回　第３金曜日 １４：００～１６：１０**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4/18** | **5/16** | **6/20** | **7/18** | **8/15** | **9/19** |
| **10/17** | **11/21** | **12/19** | **1/16** | **2/20** | **3/13(第2)** |

＊プログラムは２部構成となっています。第１部は家族と本人一緒に行いますが、

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **第１部14:00～１5:00** | **第２部15:10～16:10** |
| **ご家族** | **分かち合いの時間****ファシリテーター（司会）：****千葉断酒新生会会員**お酒に関する様々な悩みや心配について、家族と本人、それぞれの話を聞いて、お互いの気持ちを共有してみましょう。 | **家族の学習会****講師：船橋北病院相談員**アルコール依存症という病気についての正しい知識を知り、お酒に振り回されないコミュニケ-ション方法を学びましょう。 |
| **ご本人** | **座談会****ファシリテーター（司会）：千葉断酒新生会会員**当事者間でしか打ち明けられない胸の内をざっくばらんに話しましょう。 |

第２部は、家族と本人それぞれのプログラムとなります

**家族向け学習会の内容（変更がある場合もあります）**

４月１８日　　アルコール依存症とは　　　　　　　　　　１０月１７日　　アルコール依存の家族・こども①

５月１６日　 クラフトプログラムについて　　　　　　　　１１月２１日　　治療をすすめる

６月２０日　 問題の行動の分析　　　　　　　　　　　　１２月１９日　　あなた自身の生活を豊かにする

７月１８日　 コミュニケーションを変える①　　　　　　　１月１６日 コミュニケーションを変える②

８月１５日　 イネイブリングを止める①　　　　　　　　　 ２月２０日　　イネイブリングを止める②

９月１９日　 安全第一　　　　　　　　　　　　　　　　　　　３月１３日　　アルコール依存の家族・こども②

**場所　千葉市こころの健康センター 多目的室（千葉市美浜区高浜２－１－１６）**

**私(家族)は**

**大丈夫？**

**対象者　千葉市在住の方で、お酒に関する悩みや心配を抱えた家族および本人**

＊事前申し込み制ですので、電話、ＦＡＸ、メールでお申込みください。

モヤ

モヤ

電話：043-204-1582　FAX:043-204‐1584　 kokoronokenko.HWS@city.chiba.lg.jp

****

←メールアドレス読取可

メールでの申し込みの場合は、件名「〇月アルコールミーティング参加申込」とし、本文に氏名（ふりがな）・住所・連絡先（電話番号）・家族か当事者かを記載。