

平成28年度 アルコール・薬物依存症の家族教室

主催：新潟市こころの健康センター、新潟県精神保健福祉センター

アルコール・薬物などの依存症は、自らの意思で止めることが困難な病気です。家族が正しい知識や適切な対応方法を学ぶことが本人の回復の大きな助けになります。また、同じ悩みをもつ家族と気持ちを共有することで、ご家族自身の気持ちが楽になります。これまで参加された方からも、「前向きになれた」「相談できる人が増えた」との感想がありました。依存問題で悩んでいる方は、どうぞご参加ください。

1. プログラム

	日時	内容	講師
第1回	9月5日(月) 13時半～16時	「依存症とは」	精神科医 ・ 精神保健福祉相談員
第2回	9月27日(火) 13時半～16時	上手なコミュニケーションで本人を治療につなげる	近藤 あゆみ 氏
第3回	10月25日(火) 13時半～16時	長期的な回復を支え、再発・再使用に備える	精神保健福祉相談員 ・
第4回	11月22日(火) 13時半～16時	家族のセルフケア	家族の会 小西 憲 氏
第5回	12月13日(火) 13時半～16時	まとめ～自分自身の目標を話してみよう～	(第3・4回体験談)

<外部講師>

国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部

診断治療開発研究室長 近藤 あゆみ 氏 (第2回講師)

新潟県薬物依存症者を抱える家族の会 世話人 小西 憲 氏 (オブザーバー、体験談)

2. 参加要件

アルコール依存や薬物依存(覚せい剤、大麻、シンナー、危険ドラッグ、市販薬、処方薬など)の問題を抱える方の家族で、原則5回参加可能な方。

3. 定員 : 先着 10 家族 (13 名まで) ※申込期間: 6月27日(月)～8月12日(金)

4. 会場 : 新潟市こころの健康センター 2階 会議室 (〒951-8133 新潟市中央区川岸町1-57-1)

5. 申込み先 ※お電話にてお申込みください。

新潟市こころの健康センター 担当:山本・佐々木 電話:025-232-5551

平成 28 年度

薬物依存治療・回復プログラムのご案内

アルコール・薬物などの依存症は自らの意志だけでは止め続けることが難しい病気です。このプログラムは、グループで薬物使用を止めるための具体的な対処方法を学習し、依存症からの回復を支え合うものです。

止めたくても止められないのは、意志や性格の問題ではありません。このプログラムでは、ワークブックを使いながら、薬物依存症に関する正しい知識や理解を深め、薬物を使わない生活の継続を目指して、学んだり話し合ったりするものです。

【プログラム】

	日時	内容
第1回	10月18日(火) 15時~16時	・なぜアルコールや薬物依存をやめなきゃいけないの？
第2回	11月15日(火) 15時~16時	・引き金と欲求
第3回	12月20日(火) 15時~16時	・あなたのまわりにある引き金について ・あなたのなかにある引き金について
第4回	1月17日(火) 15時~16時	・再発を防ぐには
第5回	2月7日(火) 15時~16時	・強くなるより賢くなれ ・あなたの再発・再使用サイクルは？

【参加要件】

新潟ダルクメンバー又は新潟保護観察所コアプログラム受講者のうち、参加意欲のある方で5回全てに参加可能な方。

※ 現在、薬物を使用している方は参加できません。

【会場】

新潟県精神保健福祉センター 1階 集団療法室
(新潟市中央区上所 2-2-3 新潟ユニゾンプラザハート館 1階)

【申込方法】

〔新潟ダルクメンバー〕

- ・ 9月23日(金)までにダルク責任者を通じ、参加者希望者名簿を提出する。
- ・ 参加が決定した場合は、参加者アンケートを送付しますので、事前に提出して下さい。

〔新潟保護観察所コアプログラム受講者〕

- ・ 9月16日(金)までに新潟県精神保健福祉センターへ申し込んでください。
- ・ 事前面接が必要となります。

【申込先】

新潟県精神保健福祉センター 担当：大橋・清野 電話：025-280-0113

※ 本プログラムは新潟県精神保健福祉センターと新潟市こころの健康センターが共同で実施します。