

令和8年度アルコール健康障害 関連問題相談会

お酒のことでお困りではないですか？

ご本人、ご家族、関係機関職員を対象に
アルコール依存症とはどのようなものか、
基本的な知識や家族内のコミュニケーションの取り方、
自身を大切にする方法などを勉強会で学びます。
また、個別の御相談については、勉強会終了後に、
医師や精神保健福祉士等の相談員が個別にお話をうかがいます。
千葉市在住の方は千葉市こころの健康センターにご相談ください

日程：原則毎月第2木曜（詳細は裏面参照）

1部 勉強会 13時30分から14時45分

2部 個別相談 15時から16時

（1ケース30分、最大2ケースまで）

場所：千葉県こころセンター（千葉県精神保健福祉センター）

対象：アルコールの問題でお困りの本人、ご家族等
（千葉市在住の方を除く）

参加申込方法

勉強会：依存症相談電話へご連絡ください

個別相談：事前に依存症相談支援課電話でご相談の上、
お申し込みください

参加費：無料

お申込み・問い合わせ

千葉県こころセンター（千葉県精神保健福祉センター）

千葉市美浜区豊砂6番1

依存症相談電話 043-307-3781

月～金曜日 9時30分から16時30分

（祝日・年末年始を除く）



チーバくん

令和8年度アルコール健康障害 関連問題相談会の日程と内容



日付	テーマ	講師
5月14日	アルコール依存症の基礎知識	精神科医師
6月11日	お酒に振り回されないコミュニケーション	看護師
7月9日	依存症と他の精神疾患の合併 ～躁うつ病などを中心に～	精神科医師
8月6日	怒りのコントロールと上手な伝え方 ～怒りに任せない感情表出の方法～	臨床心理士 公認心理師
9月10日	アルコールと他の依存症の合併 ～クロスアディクション～	精神科医師
10月8日	イネブリングから望ましい行動へのヒント ～メッセージの伝え方も含めて～	精神保健福祉士
11月12日	アルコール低減外来 ～家庭医の立場からのかかわり～	家庭医診療科医師
12月10日	当事者・家族からのメッセージ	当事者・家族
1月14日	アルコール依存症における診療所と病院の連携 ～入院紹介含む～	精神科医師
2月4日	『やめたい、でも飲みたい』に 寄り添うコミュニケーション ～聞き返しのワークをとおして～	作業療法士
3月11日	アルコール依存症の入院治療	精神科医師