

違法薬物等の依存症の問題で 悩んでいるご家族へ

“今度こそ薬物をやめてほしい” “治療を受けてほしい” “元の本人に戻ってほしい”

ご家族の思いとは裏腹に、状況は変わらないか悪化するばかり。そのような状況に、家族自身が反省や後悔、自責にとらわれて、眠れない夜を過ごしているということはありませんか？

家族教室では、同じような悩みを抱えるご家族が集まり、テキストを用いて薬物依存症の病気に対する正しい知識を学びながら、適切な対応とは何かを一緒に考えます。

また、この問題ではご家族が元気になることも本人の回復につながると言われていますので、交流会の中で、ご家族が自身の生活等を見つめなおし、健康になること、自分の時間を過ごせるようになる工夫も皆で考えます。

日 程：原則 毎月第3火曜日（詳細は裏面参照）

時 間：13時30分から15時30分

場 所：千葉県こころセンター（精神保健福祉センター）
（千葉市美浜区豊砂6番1）

対 象：薬物依存症の問題でお困りのご家族（千葉市在住の方を除く）
依存にかかる相談歴がおおむね3年以内の方

その他：登録制（初めての方は、事前面接を行います）

参加費は無料

秘密は厳守し、捜査関係機関に通報することはありません。

テキストはその場でお渡します。筆記用具をお持ちください。

欠席や遅刻の場合は担当までご連絡ください。

お問い合わせ

千葉県こころセンター（千葉県精神保健福祉センター）
依存症相談電話 **043-307-3781**
月～金曜日 9時30分～16時30分（祝日、年末年始を除く）



令和8年度家族教室 交流会とテキスト会の日程と内容

4月21日 交流会①

5月19日 テキスト 第1回
依存症の特徴を知る
依存症者の考え方を知り支える

6月16日 交流会②

7月21日 【講演】 家族の本人への接し方
～やっていいこと、いけないこと～

8月18日 テキスト 第2回
コミュニケーションスキルの練習

9月15日 交流会③

10月20日 テキスト 第3回
共依存とイネイブリング

11月17日 交流会④

12月15日 【講演】 20年薬物依存の家族に
寄り添い続けて～家族の立場から～

1月19日 テキスト 第4回
家族関係を考える

2月16日 交流会⑤

3月16日 テキスト 第5回
家族自身が元気になる
一年を通じての振り返り

令和8年

令和9年



チーバくん