

## 依存症専門医師相談

# " 依存症かも " と思ったら 相談してみませんか？

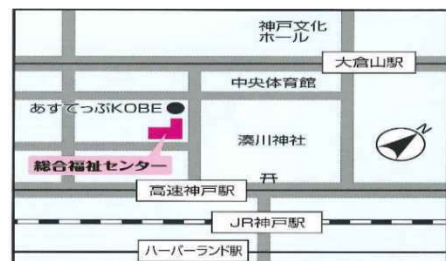
「お酒の飲み方が気になる」、「薬物の問題で困っている」、「ギャンブルで借金を繰り返している」、「毎晩ネットゲームをしているので朝起きられず学校に行けない」などの、依存症に関する問題でお悩みのご家族、支援者等を対象に、依存症専門医師が個別でご相談に応じます。

**日程** 月3回【事前予約制】

**会場** 神戸市立総合福祉センター3階  
〒650-0016 神戸市中央区橘通3-4-1

**対象** 神戸市にお住まいの方

**費用** 無料



**予約・相談先** 神戸市精神保健福祉センター

**電話** 078-371-1900

**受付時間** 8:45～17:15（土日祝・年末年始を除く）

相談員が電話による相談を随時お受けしています。

まずはお気軽にご相談ください。

問合せ | 神戸市精神保健福祉センター [受付時間 8:45-17:15] TEL 078-371-1900

主催 | 神戸市



## 依存症とは

アルコール・薬物・ギャンブル・ネットなどの、特定の物質や行為を「やめたくても、やめられない」状態を依存症といいます。本人が回復の必要性を自覚するまでには時間がかかることから、まずは周囲の方が専門の機関に相談して、適切なサポートのしかたを知ることが大切です。

## 自助グループについて

自助グループとは、同じ問題を抱える人やその家族らが集まり、似たような立場や経験を持つ多くの仲間と出会い、助け合える場所です。グループメンバーと体験談、想い、知識などをわかちあうことで、気づき、希望や、問題解決へのヒントなどを得る人が多くいます。

詳しくは | 右のQR読み取り or

【もしかして依存症？ 神戸市】で検索



## 地域の相談窓口はこちら

ひょうご・こうべ依存症対策センター

TEL078-251-5515 #7330

【開所日時】火～金曜日（祝日、年末年始を除く）

9時30分～11時30分、13時～15時30分

神戸市精神保健福祉センター

TEL078-371-1900

【開所日時】月～金曜日（祝日、年末年始を除く）

8時45分～12時、13時～17時15分