



私って依存症なの？
趣味との境界線ってあるの？



**お酒、ギャンブル、買い物、ネット、薬物
がやめられない
相談してみませんか？**



明確な境界線はありません。

生活に支障をきたしているのにやめることができず

本人や家族が苦痛を感じている場合、依存症と判断されます。

<依存症が及ぼす悪影響の例>

- 嘘をついて、家族との関係を悪化させます。
- 仕事や学校を休みがちになり、続かなくなります。
- 隠れて借金をしたり、お金を工面するために手段を選ばなくなります。



依存症は『病気』です。治療で改善することができます。

☆本人の気合や根性、周囲の叱責では治りません。

☆病気であるという事実を受け入れることが回復の第一歩です。



【問い合わせ・相談先】

東松島市役所 健康推進課： ☎ 0225-82-1111

(※東松島市に住居票のある方)

石巻保健所 母子・障害班： ☎ 0225-95-1431

個別相談会や当事者の会のご案内は裏へ

アルコール関連問題相談(個別相談会)

◆アルコール関連問題について整理し、専門職による相談を行っています。お酒やギャンブル、ネット、買い物などの依存症の相談もできます。

【対象者】アルコール関連問題を抱えている本人・家族、関係者等

【場所】石巻合同庁舎 2階

【相談員】東北会病院 精神保健福祉士

【日時】月1回 10:00～15:00(1件あたり50分) 相談無料・事前予約制

日程	日程
令和6年4月19日(金)	令和6年10月18日(金)
〃 5月17日(金)	〃 11月15日(金)
〃 6月21日(金)	〃 12月20日(金)
〃 7月19日(金)	令和7年 1月17日(金)
〃 8月16日(金)	〃 2月21日(金)
〃 9月20日(金)	〃 3月14日(金)

【問い合わせ・予約先】 石巻保健所 母子・障害班: ☎ 0225-95-1431

当事者の会

同じ境遇の仲間同士が体験を共有し支え合う集団に、参加することで、回復に大きな効果があると言われていました。

～東松島市の近隣のグループを記載しています～

※場所の変更もあるため、参加時はお問い合わせください。

【断酒会】

名称	日時	場所
石巻昼例会	第 2 木 曜 13:30～15:00	石巻市保健相談センター
石巻夜例会	第 1.3 土 曜 18:30～20:00	

問い合わせ先:NPO 法人宮城県断酒会 022-397-9543 (平日 9 時～15 時 ※祝日休)

【 AA 】

名称	日時	場所
AAわらじグループ	毎 週 水 曜 14:00～15:30	鹿島台公民館
	第 2 日 曜 14:00～15:30	野蒜市民センター
AAいせんば	第 2.4 水 曜 19:00～20:30	石巻市保健相談センター
	毎 週 金 曜 14:30～16:00	

問い合わせ先:「AA 日本ゼネラルサービス(JSO)」 TEL 03-3590-5377 Fax 03-3590-5419

ホームページ:<https://aajapan.org/>

