

# 「アルコール・薬物・ギャンブルをやめたい」とお考えの方へ 当事者グループミーティングのご案内

誰にも言えずに一人で悩んでいませんか？

「自分は病気じゃない」、「いつでもやめられる」、「でもやめられない」…。

病気として認めることが回復のスタートになります。

アルコール・薬物・ギャンブルの依存症に関する正しい知識や理解を深め、  
依存しない生活を目指したグループ活動を行っています。

回復の道は必ずあります。ぜひ、一度ご相談ください。



## ミーティング in 長野

**日時：毎月第1・3火曜日  
13：30～15：30**  
**場所：社会福祉総合センター  
(長野市若里7-1-7)**

## ミーティング in 松本

**日時：毎月第3金曜日  
13：30～15：30**  
**場所：松本合同庁舎  
(松本市島立1020)**

**内容：【学習】依存症についての学習  
【ミーティング】体験談を中心に意見交換等**  
**主催：長野県精神保健福祉センター**

### 〈参加申込み〉

長野県精神保健福祉センターまで電話にて事前にご連絡ください。

電話：026-227-1810      FAX：026-227-1170

\* 秘密は厳守いたします。

平成30年度 当事者グループミーティング日程表

ミーティング in 長野

日時：毎月第1・3火曜日  
 13：30～15：30  
 場所：社会福祉総合センター  
 (長野市若里 7-1-7)



ミーティング in 松本

日時：毎月第3金曜日  
 13：30～15：30  
 場所：松本合同庁舎  
 (松本市島立 1020)

月	第1火曜日	第3火曜日
4月	3日	17日
5月	1日	15日
6月	5日	19日
7月	3日	17日
8月	7日	21日
9月	4日	18日
10月	2日	16日
11月	6日	20日
12月	4日	18日
1月		15日
2月	5日	19日
3月	5日	19日

第3金曜日
20日
18日
15日
20日
17日
21日
19日
16日
21日
18日
15日
15日