



# ギャンブル等依存症に関する 長野県内の自助グループ一覧



## GA (ギャンブラス・ア/ニマス)



ギャンブル依存症者本人の自助グループです。

GA日本インフォメーションセンター(JIC)

連絡先 FAX 050-3737-8704

メール [gajapan@rj9.so-net.ne.jp](mailto:gajapan@rj9.so-net.ne.jp)

H P <http://www.gajapan.jp/>



JIC ホームページ

グループ名	会場	住所	曜日	時間
信州上田	上田市ふれあい福祉センター	上田市中央 3-5-1	第1・3水	19:00~20:30
飯田	「丘の上 結いスクエア」 飯田市公民館	飯田市東和町 2-35	毎週火	19:30~21:00
松本	松本市島内公民館	松本市島内 4970-1	毎週金	19:30~21:00
	松本市なんなんひろば 松南地区公民館	松本市芳野 4-1	毎週土	19:00~20:30
長野	長野市ふれあい福祉センター	長野市鶴賀緑町 1714-15	毎週木	19:00~20:30

## GAM-ANON (ギャマン)



ギャンブル依存症者の家族・友人のための自助グループです。

一般社団法人 ギャマン日本サービスオフィス

連絡先 TEL/FAX 03-6659-4879 ※毎週月・木 10:00~12:00

メール [info@gam-anon.jp](mailto:info@gam-anon.jp)

H P <http://www.gam-anon.jp/>



ギャマン日本サービス  
オフィス ホームページ

グループ名	会場	住所	曜日	時間
長野	長野市ふれあい福祉センター	長野市鶴賀緑町 1714-5	毎週金	19:30~21:00
	メール: <a href="mailto:gamanon.nagano@gmail.com">gamanon.nagano@gmail.com</a>			
諏訪	おかや総合福祉センター 諏訪湖ハイツ	岡谷市長池権現町 4-11-50	第1・2・4・ 5水	19:30~21:00
	メール: <a href="mailto:gamanon.suwako@gmail.com">gamanon.suwako@gmail.com</a>			
アップロード 飯田	「丘の上 結いスクエア」内 飯田市公民館 2F 楽屋B	飯田市東和町 2-35	毎週火	19:00~20:30
	メール: <a href="mailto:gamanon.iida@gmail.com">gamanon.iida@gmail.com</a>			
安曇野	安曇野市 豊科公民館	安曇野市豊科 4289-1	毎週金	19:30~21:00
	メール: <a href="mailto:gamanon.azuminostep@gmail.com">gamanon.azuminostep@gmail.com</a>			

詳細については、各グループ・団体にお問い合わせください。  
会場への直接的なお問い合わせはご遠慮ください。



# ギャンブル等依存症に関する 長野県内の自助グループ一覧



## 全国ギャンブル依存症家族の会 長野

毎月1回、長野市内会場にて家族会を開催。  
ご家族にギャンブル問題のある方ならどなたでもご参加いただけます。  
予約不要 ・参加費お一人 1,000 円  
連絡先 メール [gdfam.nagano@gmail.com](mailto:gdfam.nagano@gmail.com)  
HP <https://gdfam.org/>



全国ギャンブル依存症  
家族の会 ホームページ

## GAMBLING FAMILIES ANONYMOUS (GAFA)



GAMBLING  
FAMILIES  
ANONYMOUS

ギャンブルに問題を持つ人の家族や友人の集まりです。  
初めて参加される方はメールでご連絡下さい。

HP <https://gafa-official.org/search-results/?meeting-area%5B%5D=nagano>



GAFA ホームページ

グループ名	会場	住所	曜日	時間
上田つむぎ	上田市中央公民館	上田市材木町1丁目2-3	毎週火	19:00~20:30
	メール: <a href="mailto:gafa.uedatsumugi@gmail.com">gafa.uedatsumugi@gmail.com</a>			
信州まゆだま	伊那市生涯学習センター いなっせ	伊那市荒井 3500 - 1	毎週金	19:00~20:00
	メール: <a href="mailto:gafa.shinshumayudama@gmail.com">gafa.shinshumayudama@gmail.com</a>			
長野南	ハーモニー桃の郷3階 長野障害者福祉施設	長野市川中島町今井 1387-5	毎週木	19:30~21:00
	メール: <a href="mailto:gafa.naganominami@gmail.com">gafa.naganominami@gmail.com</a>			
松本てまり	松本市中央公民館 M ウイング南館	松本市中央1丁目 18-1 M ウイング南館	毎週月	19:00~20:30
	メール: <a href="mailto:gafa.matsumototemari@gmail.com">gafa.matsumototemari@gmail.com</a>			

令和 8 年 5 月

詳細については、各グループ・団体にお問い合わせください。  
会場への直接的なお問い合わせはご遠慮ください。



(作成)長野県精神保健福祉センター 026-266-0280