

横浜市こころの健康相談センターでは、アルコール・薬物・ギャンブル等の依存症でお困りのご本人・ご家族等からのご相談をお受けしています。

アルコール・薬物・ギャンブル等 依存症相談窓口



依存症家族教室

◆ご本人の依存症問題に悩むご家族のための月1回の教室です。

◆病院や家族会など様々な支援機関の専門家の話から、依存症について学ぶことができます。



依存症個別相談

【電話・来所】

◆専門の相談員が相談内容を伺い、回復していくためのアドバイスや適切な相談機関をご紹介します。

◆電話でお話をうかがった後、必要に応じて来所での相談（予約制）に応じています。

◆個人情報や相談内容などの秘密は厳守します。

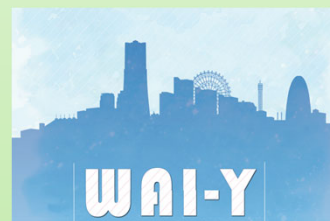


回復プログラム

「WAI-Y (ワイワイ)」

◆ワークブックを使って、依存症の再発予防のためのスキルを学んでいきます。

◆回復のきっかけづくりの支援や地域の依存症関連機関をご紹介します。



まずは、お電話でご相談ください。

【対 象】ご本人・ご家族のいずれかが横浜市内に在住の方

※WAI-Yは横浜市在住のご本人のみご参加いただけます。

【費 用】相談・参加は全て無料

お問合せ・ご予約（来所相談・家族教室・回復プログラムは事前予約制）

横浜市こころの健康相談センター（依存症相談拠点）

〒231-0005 横浜市中区本町2丁目22番地 京阪横浜ビル10階

電話：045（671）4408

FAX：045（662）3525

受付時間：月～金（祝日・年末年始を除く）8：45～16：30（対応は17:00まで）

※災害等の影響により、相談受付時間や各種プログラムを中止・変更させていただきます場合があります。詳細は、本市ホームページをご確認ください。



依存症は、本人の身体や心に悪影響を及ぼすだけでなく、家族や周りの人も巻き込んで、生活に様々な影響を及ぼします。
まずは依存症について知っていただき、お気軽にご相談ください。

【依存症って知っていますか？】

依存症に関するリーフレット

依存症に関する基礎知識等を盛り込んだリーフレットを作成しています。

本市ホームページに掲載している家族向けコラム記事と同内容のリーフレットを作成しています。



横浜市ホームページからダウンロードできます。



家族向け依存症アニメーション動画

依存症にかかわる家族への情報として、

・**基本的な依存症の知識**

・**本人への関わり方**

などを**動画**で紹介しています。



- CHAPTER ① はじめに
CHAPTER ② これまでの関わり方
CHAPTER ③ 依存症の正しい知識を得る
CHAPTER ④ 本人への関わり方を学ぶ
CHAPTER ⑤ 相談する・つながる・支えあう
CHAPTER ⑥ 依存症の相談先



経験談をもとに、家族が最初知っておくと良いことを紹介しています。



【依存症相談拠点までのアクセス】

場所

横浜市こころの健康相談センター (中区本町2丁目22番地 京阪横浜ビル10階)

※ 同じビルの1階にきらぼし銀行があります。

※ 専用駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

アクセス

JR京浜東北・根岸線	「関内駅」 北口	徒歩8分
横浜市営地下鉄	「関内駅」 3番出口	徒歩6分
みなとみらい線	「馬車道駅」 7番出口	徒歩3分
	「日本大通駅」 1番出口	徒歩4分

地図

