



2026年度

## 湯沢アディクション問題を考える会

依存症はわかっているけどやめられない健康課題です。迷惑はかけられないと自分や家族だけで頑張ろうとすればするほど、悪くなっていく特徴があります。会では病医院の受診や薬の力だけではなく、本来、人が持っている対話の力で新たな流れをつかんで良い方向をめざしていきます。会には、あなたの気持ちを分かってくれる人たちがいます。人は分かってもらえると気持ちが楽になります。気がつくやと依存の対象から離れ、本来のあなたの持っていた力が発揮され、本当の幸せとは何か考えることができるようになります。

○場所：湯沢市福祉センター（湯沢市社会福祉協議会内）  
湯沢市古館町4番地5 ☎0183-73-8696

○日時：概ね毎月第3火曜日 19:00-20:30  
4/21、5/19、6/16、7/21、8/18、9/15、10/20、  
11/17、12/15、2027年1/19、2/16、3/16  
（変更の可能性もあります）  
本会・他地域の開催情報はこちらまで ↓

○参加：予約不要 参加費200円



○連絡先：赤平 0183-73-8696  
（湯沢市社会福祉協議会内）

依存症について詳しくは次のURLから  
国立精神・神経医療研究センター  
「知ることからはじめよう こころの情報サイト」

<https://kokoro.ncnp.go.jp/>

