

令和7年度 酒 害 教 室

酒害教室はアルコール関連問題についての正しい知識を学び、体験を語り合い、回復をめざす教室です。ご参加お待ちしております(予約不要)。



- 飲酒問題を抱え、回復を目指している方
- 家族の飲酒問題で悩んでいる方、困っている方
- 飲酒問題を抱えているご本人への対応方法や解決方法を学びたい方
- 飲酒問題を抱えているご本人やご家族に関わっている関係機関の方 など

定例日時	第1金曜日	内 容：医 師 講 話、体 験 談 等	場 所	講 師
	14時～16時		阿倍野区役所	
4月	4日	新年度・改めて自己紹介 現在の自分	2階 会議室1・2	小谷クリニック 医師 
5月	2日	断酒会、酒害教室に参加したきっかけ		
6月	6日	※ミニ健康講座 自分にとって家族とは		
7月	4日	飲みたい時はどう抑えるか		
8月	1日	楽しかった酒と酒による失敗談		
9月	5日	※ミニ健康講座 ストレスとお酒		
10月	3日	仕事と断酒の継続		
11月	7日	医療、福祉に望むこと		
12月	5日	※ミニ健康講座 年末年始の過ごし方(飲んでいた頃と飲まない今)		
令和8年 1月		休		
2月	6日	飲まない中で得られたもの	2階 会議室1・2	
3月	6日	この一年を振り返って、良かったこと悪かったこと		

※ 内容・場所は変更することがございます。

※ 当日午前11時時点で大阪市内に特別警報または暴風警報が発令されている場合は中止します。

※ 連絡先：阿倍野区保健福祉センター 保健活動 (Tel 6622-9968)