大阪府　City of Osaka 大阪市

（仮称）大阪依存症対策センター実証事業

参加無料

こころりんく
KOKORO LINK

やめられないこころの仕組み・気づきから回復を知ろう

第２回　2026年12月4日(金)▸12月27日(日)

相談

やめられなくて気になること、依存で困っていることはありませんか？
府市の相談員が個別にお話を伺います。
大阪メトロ本町駅近くで実施いたします。



相談の予約申込はこちら

当日予約なしでも受付可。（展示会場にお越しください。）
大阪府こころの健康総合センター、大阪市こころの健康センターでも依存症相談をお受けしております。

展示

やめられないこころの仕組みを知る。
誰もが持つ、分かっているけど、やめられないその行動。
予防から回復まで依存のことについて学ぼう。

展示会場　Osaka Metro 本町ビル 1階
大阪府大阪市中央区本町3-6-4

開催時間　10:00▸20:30（土日含む）



セミナー（申込要）

会場　大阪市保健所
大阪市中央区安土町3丁目1番3号

12/7(月)　公益社団法人 ギャンブル依存症問題を考える会 大阪支部
12/23(水)　一般社団法人 ギャンブル依存症家族の会
開催時間　18:30
終了時間　20:00

12/13(日)　特定非営利活動法人 大阪ダルク
12/26(土)　特定非営利活動法人 大阪マック
依存症からの回復を体験談から学びます。
開催時間　14:00
終了時間　15:30



12/27(日)
精神保健研究所 薬物依存研究部 部長
薬物依存症センター センター長
松本 俊彦 先生
若者の市販薬のオーバードーズ（過剰摂取）の実態や背景についてわかりやすくお話します。
開催時間　14:00
終了時間　15:30

トークセッション（申込要）

有識者や著名人を迎えトークセッションを開催！依存症についてわかりやすく語り合い、知見を通じて依存症を身近な課題として理解を深めるきっかけに。
※定員になり次第、締め切らせていただきます。
※セミナー・トークセッションは空席がある場合、当日参加も可能です。



心理カウンセラー（元乃木坂46）
中元 日芽香さん

会場　大阪市保健所
大阪市中央区安土町3丁目1番3号
開催日時　12/6(日)
開演時間 14:00　終了予定 15:30

【トークテーマ】
推し活・買い物の依存について



タレント／俳優／エッセイスト
青木 さやかさん

会場　サンライズビル大阪
大阪市中央区備後町2丁目6-8
開催日時　12/19(土)
開演時間 14:00　終了予定 15:30

【トークテーマ】
ギャンバル依存症を学んで

ご来場の上、アンケートをご回答いただいた方に
ドリンクをプレゼント！ ＋


ストレス解消ボール

or


ホットアイマスク

など、いずれか1つプレゼント！
※画像はイメージです。

大阪府ホームページ
◂◂◂ 詳しくはこちらから

（仮称）大阪依存症対策センター実証事業事務局
※携帯電話・PHSからもご利用できます
12/4(金)から　070-3169-4158　問合せ 10:00～20:00（土日含む）

（仮称）大阪依存症対策センター実証事業

こころりんく
KOKORO LINK

やめられないこころの仕組み・気づきから回復を知ろう

参加無料

大阪府・大阪市では、「（仮称）大阪依存症対策センター」の開設（令和11年度予定）に向け、約1か月間の実証事業を実施します。依存の問題に悩む方はもちろん、誰でも気軽に利用しやすい施設をめざし、期間中は個別の相談に加え、依存症の正しい知識を学ぶ展示や、参加型の体験コンテンツなども実施します。

相談会場

開催時間

平日　13:00～20:30
土日　10:00～17:30

相談の予約申込はこちら
当日予約なしでも受付可。（展示会場にお越しください。）

※相談の最終受付は、終了時間の概ね1時間前となります。　※府市の相談員による相談のほか、医師や民間支援団体スタッフ、法律専門家（借金相談）による相談日もあります。　※バーチャル環境を活用したオンライン相談を実施します。（一部時間帯のみ、要予約）　※依存症に関するご相談は、大阪府こころの健康総合センターや大阪市こころの健康センターなどでもお受けしております。詳しくは大阪府ホームページにてご確認ください。

展示会場

1 あなたのやめられないことは？

「わかっているけど、やめられない」
そんな日ごろの行動ってありませんか？
自分の行動を振り返ってみよう。

2 依存症を知る

依存症って何だろう？どうしてやめられないの？
「やめられない行動」を手がかりに、
その背景や原因を見てみよう。

3 からだのリフレッシュ セルフケアを体験

気持ちを切り替えてリフレッシュするための
ちょっとした方法を体験し、
自分に合ったケアのコツを探してみよう。

4 対話をしよう

展示を見て、体験して、ちょっと気になったことは
会場の「相談コンシェルジュ」に聞いてみよう。
新たな気づきや答えが見つかるかも。
依存症に関する情報もお伝えします。

アクセスマップ

Osaka Metro 本町ビル 1階
大阪府大阪市中央区本町3-6-4

地下鉄御堂筋線・四つ橋線・中央線本町駅
7番出口より直結

