



こころりんく KOKORO LINK

やめられないこころの仕組みを知る

第1弾

2026年9月9日(水) ▶ 10月6日(火)

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。詳細は裏面をご覧ください。

会場 E-ma(イーマ)1階(大阪駅前第4ビル北側)
大阪市北区梅田1丁目12-6



相談の予約申込はこちら
(当日予約なしでも受付可)

◀◀ おおさか依存症ポータルサイトへリンク

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。詳しくはおおさか依存症ポータルサイトでご確認ください。

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。
あなたのその行動の秘密を解き明かしてみよう。

会場 E-ma(イーマ)1階(大阪駅前第4ビル北側)
大阪市北区梅田1丁目12-6

開催時間 10:00 ▶ 20:30 (土日祝含む)



セミナー(申込要)

だれにでも起こりうる依存症。その正しい知識や予防・回復について医療関係者や民間支援団体などが分かりやすくお話しします。お気軽にご参加ください。

※お申し込みについてはおおさか依存症ポータルサイトにてご確認ください。

会場 リファレンス大阪駅前第4ビル貸会議室
大阪市北区梅田1丁目11-4 大阪駅前第4ビル23F

開催時間 開演時間 14:00 終了予定 15:30

9/20(日) 大阪医科薬科大学総合診療医学教室 教授 鈴木富雄先生
「思春期のこころの問題」

9/26(土) 特定非営利活動法人 大阪マック

会場 NORIBA10 umeda
大阪市北区芝田1丁目1-3 「阪急阪神MEETS」内

開催時間 開演時間 18:30 終了予定 20:00

9/25(金) 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

10/1(木) 特定非営利活動法人 いちごの会

10/2(金) 一般社団法人 ギャンブル依存症家族の会 大阪

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！専門家や依存症当事者の視点からわかりやすく語り合い、体験談や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。

会場 JAM BASEカンファレンス
大阪市北区大深町6番38号 グラングリーン大阪 北館6階 JAM BASEカンファレンス 6-1&6-2

開催日時 9/13(日)、9/27(日)
開演時間 14:00 終了予定 15:30



9/13
ゲスト
山口達也さん



9/27
ゲスト
ダンプ松本さん

トークセッション等の
申込みおよび最新情報
についてはおおさか依存
症ポータルサイトに
ご確認ください。

アンケートに回答すると

来場御礼品をプレゼント！

・ストレス解消ボール
・使い捨て蒸気ホットアイマスク
などいずれか一つプレゼント



おおさか依存症ポータルサイト

◀◀ 詳しくはこちらから

大阪府 依存症

(仮称)大阪依存症対策センター実証事業事務局

9/9(水)から

☎ 050-3821-8011

問合せ 平日10:00~20:00(土日祝含む全日運営)

※携帯電話・PHSからもご利用できます



(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を知る

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、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、ストレスへの対処行動を知る体験なども実施します。

相談エリア

相談時間

月曜日 10:00~20:30

平日(月曜日以外) 13:00~20:30

土日祝 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)

◀◀ おおさか依存症ポータルサイトへリンク

※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。 ※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。詳しくはポータルサイトにてご確認ください。

展示エリア

「ついつい」と繰り返してしまう習慣化した行動「ついつい行動」。その背景にある脳の働きや依存症とストレスの関係を見ていきます。



1 あなたにもあるかも!?「ついつい行動」

「ついついやってしまう」「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?自分の行動のクセを振り返ってみよう。



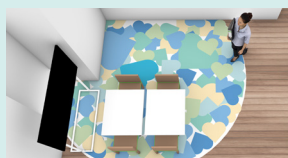
2 依存症を知る

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



3 ストレスに対するセルフケアを体験

ストレスと依存の問題は関わりがあるとされています。気持ちを切り替え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

E-ma(イーマ)1階

(大阪駅前第4ビル北側)

大阪市北区梅田1丁目12-6

各線梅田駅・大阪駅より
ディアモール大阪(地下街)経由で直結



※地下からの入口は北側のみとなります。