

# 令和3年度 酒害教室のご案内



港区保健福祉センターでは、毎月1回「酒害教室」を開催しています。

- お酒なしの生活への回復を目指している方
- ご家族のアルコール関連問題で悩んでいたり困っている方
- 対応の仕方や解決方法を学びたい方
- アルコール関連問題についての正しい知識を知りたい方
- アルコール関連問題に関わっている関係機関の方…等  
お気軽にご参加ください。

**日時： 第4月曜日 午前10時00分～12時00分**

**令和3年度**

**4/26 ・ 5/24 ・ 6/28 ・ 7/26 ・ 8/23 ・ 9/27**

**10/25 ・ 11/22 ・ 12/27 ・ 1/24 ・ 2/28 ・ 3/28**

**場所： 港区役所 2階 集団検診室**



**問合せ先：港区保健福祉センター(地域保健活動)**  
**電話6576-9968**

## R3 年度 酒害教室テーマ

日付	体験談テーマ	講義テーマ
4月26日	自分の酒歴	
5月24日	酒を止めた動機	アルコール依存症とは
6月28日	飲みたい時はどう抑えるか	
7月26日	酒の恐ろしさ	アルコールとからだの病気
8月23日	楽しかった酒と 酒による失敗談	
9月27日	離脱期の症状について	アルコールと高齢者
10月25日	自助グループ、酒害教室に 参加したきっかけ	
11月22日	アルコール依存症は病気か	アルコール依存症の治療
12月27日	一年を振り返って良かったこと、悪かったこと	障がい福祉サービスについて
1月24日	余暇の過ごし方、時間の過ごし方	
2月28日	家族・仲間と酒	アルコールとうつ
3月28日	自分の酒はなぜやめなければいけないのか。	