

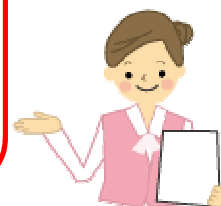
# 薬物問題（乱用・依存）相談



薬物の乱用や依存の問題が生じると、本人や家族・周囲の人は、その問題を自分たちだけで何とか解決しようとしてかえって問題が長期化し、深刻になるという悪循環が起こりがちです。

和歌山県精神保健福祉センターでは、違法薬物、処方薬・市販薬等の乱用・依存問題に関する相談を行っています。

自分たちだけで問題を抱え込まず、ご相談ください。



## ■来所相談（要予約）

受付時間 平日 9:00～17:45

TEL (073) 435-5194

## ■電話相談（こころの電話）

受付時間 平日 9:30～12:00  
13:00～16:00

TEL (073) 435-5192

より専門的な相談をご希望の場合は、以下のプログラムを継続的に受けていただくこともできます。

## ■本人

SMARPP（スマープ）などの認知行動療法の手法を用いた心理教育プログラムを実施しています。プログラムでは、物質依存のメカニズムや物質の心身への影響などを学習するとともに、生活について振り返りながら、薬物を使いたい気持ちへの対処方法や自身の思考や行動のパターン等について、ともに考えていきます。

※個別相談に参加された方を対象に、集団プログラムも実施しています。

## ■家族・知人

CRAFT（クラフト）などの認知行動療法の手法を用いた心理教育プログラムを実施しています。プログラムでは、依存症の特徴や効果的なコミュニケーションの方法だけでなく、疲弊している家族がこころの健康を取り戻すことをめざしています。

時間： 平日 9:30～17:00 1回50分程度（予約制）

場所： 和歌山県精神保健福祉センター

（和歌山市手平2-1-2 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛2階）

【申込み・問い合わせ】

和歌山県精神保健福祉センター（平日9:00～17:45） TEL:(073) 435-5194