

令和5年度（2023年度）

ドラッグ

薬物依存症回復支援研究会 ～ドラ研～

この会は、薬物を止めるための具体的手立てを学習し、
薬物問題を抱える仲間との出会い・交流を通して、
依存症からの回復を支え合うグループ（通称『ドラ研』）です。

『ドラ研』では、正直に自分を見つめ、
ゆっくり、じっくりと自分のペースで、これからの生き方を考えていきます。

1 日 時 : 毎月第2・4水曜日 14:00～15:30

開催月	第2水曜日 (助言者マック)	第4水曜日 (助言者ダルク)
令和5年（2023年）		
4月	12日	26日
5月	10日	24日
6月	14日	28日
7月	12日	26日
8月	9日	23日
9月	13日	27日
10月	11日	25日
11月	8日	22日
12月	13日	27日
令和6年（2024年）		
1月	10日	24日
2月	14日	28日
3月	13日	27日

〈主な ワークブックの テーマ〉
なぜアルコールや薬物をやめなさいいけないの？
再発を防ぐには/再発の正当化
あなたのなかにある引き金について
大麻(マリファナ)の真実/処方薬と市販薬
お互いを大切にするためのコミュニケーション



リラックスした時間と空間で、
ワークブックを使いながら、
ゆっくり進めていきます。

参加は、いつからでも可能です。
関心のある方は、下記申込み先
に、お気軽に御連絡ください。

- 対象者 : 薬物問題を持った当事者（薬物の種別は問いません。）
- 場所 : 北海道立精神保健福祉センター集団治療室（札幌市白石区本通16丁目北6-34）
○JR平和駅から徒歩15分 おおむね2キロ
○地下鉄 南郷18丁目駅から徒歩17分 ※ホームページに地図があります
- 費用 : 無料
- 参加方法 : 下記の申込み先に御連絡ください。
参加するためには、事前に面談が必要です（予約制）。

【申込み先】

北海道立精神保健福祉センター 地域支援相談課相談研究係
電話 011-864-7000 【直通】