令和８年度　薬物問題を持つ人の家族のための交流会～市販薬・処方薬の問題でお困りの方

ひとりで悩んでいませんか？

市販薬や処方薬の過量服薬（オーバードーズ、OD）を繰り返す家族を支えるあなたへ

　家族の過量服薬に直面し、ショックや悲しみ、怒りなど様々な気持ちを感じたり、何とかしようと一生懸命関わったけれど上手くいかず、これからどうすれば良いのだろうと悩んでいませんか？「自分の育て方が悪かったのだろうか」と自分を責めてしまう方もいらっしゃるでしょう。
　家族は、このことを誰にも相談できず孤独感を抱えながら日々悩み、疲弊してしまうことが少なくありません。
　家族がサポートを得て安心・安全に暮らしていくことは、当事者の安全・安心を守ることにもつながります。ホッとできるような時間を一緒に過ごしませんか？

2026年**12月26日（土）**

14:00～17:00（受付13:45～）

かでる2･7　730研修室
（札幌市中央区北2条西7丁目）

対　象　市販薬・処方薬の問題で
お困りの家族（現在又は過去に）

定　員　20名（予約制）　　参加費　無料

申込み　12/18（金）まで

オンライン講義　**「家族の安心・安全を守ること～生きづらさを理解し本人の安心を育むために」**

講師　近藤 あゆみ 先生　国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部　科研費研究員
八王子ダルク　薬物問題に悩む家族のための相談所 SMILE　責任者

交 流　日々の悩みや不安、工夫していることなど、情報交換しながら一緒に考えましょう。
お話ししたくないことは、無理に話さなくても構いません。

※当日はニックネームのご参加で構いません。皆様のプライバシーは厳守されます。

申込み・問合せ　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

Tel　011-864-7000

個別の相談にも随時応じております。
お気軽にお問い合わせください。