令和８年度

こころの健康づくり講座

アルコール依存症を知ろう

～当時者からみえるもの～

ご自身やご家族のこころの健康について，不安なことや困っていることはありませんか？
また，アルコール依存症とはどのようなものかご存じですか？
この講座では、アルコール依存症の基本的な知識や、 家族の対応方法などを学びます。
依存症について知りたい方、 家族のアルコールとの付き合い方について困っている方、
ぜひ一度、 依存症について学んでみませんか？

参加費
無料

日時：令和８年１２月１０日（木）
１４：００ ▶ １５：３０
会場：宇都宮市保健所　３階大会議室
宇都宮市竹林町９７２番地

講師：野添　徹氏

ASK認定依存症予防教育アドバイザー
アルコール依存症当事者
活動グループ「かずあるかたち」代表
ライフセーフティネット栃木　代表

対象：宇都宮市民

---------- お申込み・お問合せ ----------

宇都宮市保健所　保健予防課　保健対策グループ

028-626-1116

１１月４日よりお電話にて
お申し込みください。