

第10回 断酒を考える会

お酒とこころの健康について 考えて見ませんか？



吹田市イメージキャラクター
「すいたん」

令和6年

12月1日 

事前申し込み不要

参加費 無料

午前の部
10:30 ~ 12:00

●パネル展示

アルコール健康障がいや、うつ病
睡眠、ストレス等のパネル展示を行
います。

●アルコール依存症チェック

加齢やストレスのせいばかりでは
ないかも…

●ビデオ鑑賞

アルコール関連問題のビデオを映
写します

吹田市立
千里山コミュニティセンター
3階 多目的ホール

※阪急千里山駅徒歩1分 地図裏面

午後の部
13:30 ~ 16:00

- 講演 -

テーマ

「アルコール依存症の基礎知識と回復過程」

講師

特定医療法人 大阪精神医学研究所
新阿武山クリニック

精神保健福祉士

貴村 知子 先生



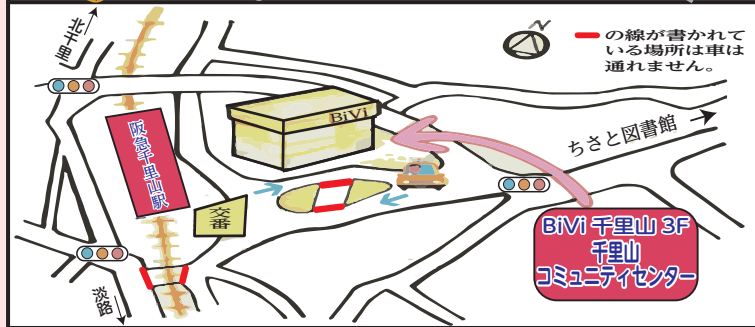
相談コーナー 10:30 ~ 12:00 13:30 ~ 16:00

断酒会会員：自身の体験や知識を踏まえて質問や相談に応じます。

吹田市保健所 精神保健福祉相談員；こころの健康相談。

主催：吹田市断酒会・吹田市

問い合わせ先：吹田市断酒会事務局 電話 06-6339-0887 又は 090-5058-6211



住所 〒565-0844
 大阪府吹田市千里山霧が丘22-1
 BiVi千里山 3F
 最寄駅など 阪急 千里山駅東口改札
 を出てすぐの建物

千里山駅周辺

【講師プロフィール】

貴村 知子 (きむら ともこ)
 精神保健福祉士

学生時代に実習先の新阿武山病院でアルコール依存症の方々と出会ったことを機にアルコール医療に携わることを志す。平成18年、精神保健福祉士を取得し、同年、新阿武山クリニックに入職する。以降、アルコール依存症・ギャンブル依存症の回復支援や家族支援に従事されている。

【吹田市断酒会について】

お酒は人づきあいの潤滑油と言われ、飲むほどに陽気になり、楽しい時間を過ごすことができます。しかしながら、普通に飲んでいたはずがいつのまにか、この1杯でやめようと思っても止まらない、翌日に大事な用事があるのが分かっているのに深酒をしてしまうといった飲酒をコントロールするブレーキが壊れた状況になることがあります。これがアルコール依存症です。大量飲酒を長年続けることで誰でもなる可能性のある病気です。そのまま飲酒を続ければ、家族を失い、仕事を失い、ついには命までも失ってしまいます。

吹田市断酒会では、アルコール依存症の本人と家族とが毎週の例会に集い、酒に囚われていた時期を振り返って自分を見つめ直し、『飲まない人生』を生き直しています。また、機会あるごとに市民の皆様へ向けて、アルコール依存症からの回復が可能であること、不用意な飲酒が様々なアルコール健康障害を引き起こすことのお知らせしながら、お酒の悩みの相談にも対応しています。