

やめられない

記憶をなくす




隠れ飲み

これってもしかして依存症



# お酒のなやみ なんでも相談電話

## お酒の悩み一人で抱えていませんか？

-  お酒を減らしたいと思っているのでアドバイスがほしい
-  家族の飲酒について困っているがどこに相談したらいいかわからない
-  お酒の問題のせいで家族や職場に迷惑をかけている

### 相談することが問題解決の第一歩！

悩んでいるご本人はもちろん、ご家族やご友人など、  
周りの方からのご相談もお待ちしています。  
相談員はアルコール問題への経験豊富な有資格者です。

**相談無料**

希望日時で予約相談  
もできます。  
(60分・無料)

#### <電話相談>

開設日

毎週 月・木・土曜日  
(祝祭日、休業日を除く)

※土曜日はアルコール依存症当事者  
(精神保健福祉士)による相談日

受付時間

17:00~20:00

※詳しい利用規定は専用ページをご覧ください  
<http://www.r-minds.com/soudan> QRコードからどうぞ↓

<予約相談> ※ お一人1回まで60分間無料で希望日時に相談できます。

予約制

お電話でご予約ください

※対面・電話・オンラインから選べます。  
対面の場合、場所は横浜市中区 (JR関内  
駅近く) となります。



相談専用番号

☎ 045-306-5607