

# アルコール・薬物・ギャンブル等 依存症相談窓口

横浜市こころの健康相談センターでは、アルコール・薬物・ギャンブル等の依存症で  
お困りのご本人・ご家族等からのご相談をお受けしています。

## 依存症 個別来所相談 (完全予約制)

◆専門の相談員がご本人やそのご家族の相談内容を伺い、回復のためにアドバイスや適切な相談機関をご紹介します。

◆相談内容などの秘密は厳守します。

## <本人向け> 依存症回復プログラム WAI-Y

◆ワークブックを使って、アルコール・薬物・ギャンブル等の再発予防のためのスキルを学んでいきます。

◆全8回のプログラムを年2クール開催しています。  
(①6月始まり、②11月始まり)

## <家族向け> 依存症家族教室

◆アルコール・薬物・ギャンブル等のご本人の問題に悩むご家族のための月1回の家族教室です。

◆病院など様々な回復施設で支援に従事している専門家の話を聞くことができ、依存症について学ぶことができます。

対象：アルコール・薬物・ギャンブル等でお困りの横浜市在住の方  
アルコール・薬物・ギャンブル等の問題を抱える方のご家族  
(ご本人・ご家族のいずれかが横浜市在住の方)

※WAI-Yは横浜市在住のご本人のみご参加いただけます。

※相談・参加は全て無料です。 ※匿名でのご相談もお受けしております。

※個人情報や相談内容などの秘密は厳守します。



ご予約・お問い合わせ

横浜市こころの健康相談センター (依存症相談拠点)

電話：045(671)4408 FAX：045(662)3525 月～金(祝日を除く)8:45～17:00

〒231-0005 横浜市中区本町2丁目22番地 京阪横浜ビル10階

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各事業が中止・変更となる可能性があります。

詳細は、本市ホームページをご確認ください。

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kenko-iryo/kokoro/izonsho/>



# 横浜市こころの健康相談センターへの行きかた

## アクセス

JR京浜東北・根岸線「関内駅」北口	徒歩 8分
横浜市営地下鉄「関内駅」3番出口	徒歩 6分
みなとみらい線「馬車道駅」7番出口	徒歩 3分
「日本大通駅」1番出口	徒歩 4分



【横浜市こころの健康相談センター】  
所在地：中区本町2丁目22番地  
京阪横浜ビル10階

拡大

こちら



京阪横浜ビル



関内桜通り側

## 問合せ先

横浜市こころの健康相談センター（依存症相談拠点）依存症相談窓口  
電話：045-671-4408 FAX：045-662-3525  
月曜～金曜（祝日を除く）8：45～17：00

## 住所

〒231-0005 中区本町2丁目22番地 京阪横浜ビル10階  
（専用駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください）