

# 庄内地域の方が参加できる 自助グループ

自助グループとは、同じ問題を抱える人やその人を大切に思う家族らが自主的に集まり、似たような立場や経験を持つ多くの仲間と出会い、交流しつつ、助け合える場所です。（引用：依存症対策全国センターホームページ）

様々な依存症の回復には、自助グループ・通院・薬物療法が重要ですが、その中でも最も重要とされているのは、自助グループへの参加（グループセラピーや集団療法も含む）です。

庄内地域にお住まいの方が参加（会場・オンライン参加）できる自助グループ団体をご紹介します。連絡先やホームページが公開されている団体に参加する場合には、事前に日時や会場を確認のうえ、ご参加ください。

## お酒

名称	開催日時・会場	連絡先
鶴岡田川 断酒新生会/家族会 (本人、家族)	日時：○例会 本人、家族も参加可能 毎週金曜日 19:30～21:00 ○家族会 家族 第1、第3金曜日 19:30～21:00 会場：ゆうあいプラザかたぐるま 鶴岡市ほなみ町3-2	TEL 090-4476-5697 (事務局：金内) TEL 090-5595-8524 (家族会：矢島) *直接来場可 *できれば事前連絡を
庄内酒田断酒会 (本人、家族)	日時：第2、第4月曜日 19:00～21:00 会場：酒田市富士見学区 コミュニティ防災センター 酒田市曙町2-68-3	TEL 0234-93-2878 (代表：佐藤) *連絡不要、直接来場可
AA 酒田グループ (本人)	日時：第3水曜日 18:30～19:30 会場：ホームページから確認可能 <a href="https://aajapan.org/touhoku-m/">https://aajapan.org/touhoku-m/</a>	ホームページから確認し、 直接会場に行くことが可能

## ギャンブル

名称	開催日時・会場	連絡先
全国ギャンブル 依存症家族の会 @山形(家族)	頻度：月1回 詳細はホームページから確認可能 <a href="https://gdfam.org/">https://gdfam.org/</a>	TEL 080-3123-2100 (担当：堅田)
ガーファ GAFA (家族)	頻度：週1回 庄内地域からはZoom参加が可能 詳細はホームページから確認可能。 <a href="https://gafa-official.org/search-results/?meeting-area%5B%5D=yamagata">https://gafa-official.org/search-results/?meeting-area%5B%5D=yamagata</a>	ホームページに メールアドレスが記載
ギャンブル依存症 問題を考える会 (本人)	ホームページからミーティングやLINE相談の情報が確認可能 <a href="https://www.scga.jp/">https://www.scga.jp/</a>	

## 食べ方の問題 拒食、過食、過食嘔吐、下剤乱用等

名称	開催日時・会場	連絡先
OA 酒田グループ (本人)	頻度：第2水曜日 18:30～ 場所：酒田市	oasakata2024@gmail.com 詳細はメールで問合せ可能