

やめられんの？  
とまらないの？



**やめ方、減らし方、  
一緒に考えてみようや！**

# あなたは大丈夫？

## ～アルコール依存症Check～ CAGEテスト

- 飲酒量を減らさねばならないと感じたことはありますか？
- 飲酒を非難されて腹が立った事がありますか？
- 自分の飲酒に罪悪感をもったことがありますか？
- 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために、「迎え酒」をしたことがありますか？

アルコール健康障害に関する  
情報はこちらから！！



広島県アルコール健康サイト



広島県依存症専門医療機関  
連携会議 啓発カードWG



**まだ、足りんの？**



**それって、  
処方薬依存・市販薬依存かも**

# あなたは大丈夫？

～処方薬依存・市販薬依存Check～  
ICD10改変

- 薬を飲みたい気持ちが強い。
- 薬を飲むときや量について指示が守れない。
- 薬をやめたり、減らしたら体調が悪くなる。
- 以前より多い量の薬を飲まないとならない。
- 薬以外の楽しみがない。
- 体に悪いと言われているけど、薬が必要。



薬物乱用防止に関する  
情報はこちらから！！

広島県依存症専門医療機関  
連携会議 啓発カードWG



あなたも

家族も

ひとりじゃない。



依存症になっても回復  
に向かう道があります。

# 依存症の相談場所(自助グループ)



## アルコールに関する相談

- 広島県断酒連合会  
中田：TEL090-4802-1865
- AA (アルコホーリクス・アノニマス)  
AA中四国セントラルオフィス  
TEL：082-246-8608
- 特定非営利活動法人 広島マック  
TEL：082-262-6689



## 薬物・処方薬に関する相談

- 広島ダルク  
TEL：070-3313-1152 (遠藤)  
0826-83-0923 (北広島ハウス)  
メール：shunk11525023@gmail.com



## ギャンブル (ゲーム・買い物依存等) に関する相談

- GA広島 (ギャンブラーズ・アノニマス)  
TEL：080-1948-1479



広島県依存症専門医療機関  
連携会議 啓発カードWG