

依存の問題、
おひとりで抱えていませんか？



浜松市 依存症自助グループのご案内

じじよ

自助グループとは？

自助グループとは、同じ問題を抱える人たちが、互いに助け合いながら回復を目指していく、当事者主体で活動しているグループです。

依存の問題を抱えるご本人やご家族は、なかなか周囲に話すことができず、おひとりで抱えて孤立してしまうことが少なくありません。しかし、同じような体験や思いをしている方とわかちあうことで、気づきや癒し、問題を解決していく力を得ることができます。

「依存症かもしれない」
「やめたくてもやめられない」
「回復した人の話を聞いてみたい」

そんな思いをお持ちの方は、
お気軽にお問い合わせください。





アルコール依存症の自助グループ

はままつだんしゅかい
浜松断酒会

本人

家族

開催日時	会場	お問い合わせ
毎週土曜日 19:00~21:00 第3月曜日 13:00~15:00	アイミティ浜松	☎ 070-5644-4331 担当:中村

はまきただんしゅかい
浜北断酒会

本人

家族

開催日時	会場	お問い合わせ
毎週水曜日 19:00~21:00	ふれあい交流センター浜北	☎ 090-7029-0892 担当:戸田



えーえーえんしゅう

A A 遠州グループ

オープン

開催日時	会場	お問い合わせ
①毎週火曜日 18:30~19:30 ②毎週水曜日 18:30~19:30 ③毎週土曜日 17:30~18:30	①浜北文化センター ②南部協働センター ③西部協働センター	CHCO 中部北陸セントラルオフィス ☎ 052-915-1602



えーえーひめかいどう

A A 姫街道グループ

クローズド

開催日時	会場	お問い合わせ
毎週金曜日 19:30~20:30	浜松市福祉交流センター	CHCO 中部北陸セントラルオフィス ☎ 052-915-1602



えーえーはままつ

A A 浜松グループ

オープン

開催日時	会場	お問い合わせ
毎週土曜日 19:00~20:00	高台協働センター	CHCO 中部北陸セントラルオフィス ☎ 052-915-1602



えーえーはままつ

A A 浜松グループ (ギャップレス)

オープン

開催日時	会場	お問い合わせ
第2木曜日 19:00~21:00	浜松市雄踏文化センター	☎ 090-1626-3450 担当:ペンキ



ギャンブル依存症の自助グループ

じーえーえんしゅう

GA遠州グループ

オープン

開催日時	会場	お問い合わせ
毎週水曜日 19:00~21:00	南部協働センター	☎ 070-8952-6031 担当: きんぺー



じーえーしずおか

GA静岡グループ

オープン

開催日時	会場	お問い合わせ
毎週金曜日 19:00~20:30	服部病院	☎ 090-1820-1219 担当: ツカモト



薬物依存症の自助グループ

えぬえー

NAリトルブラウングループ

オープン

開催日時	会場	お問い合わせ
① 毎週火曜日 18:30~19:30 ② 毎週水曜日 18:30~20:00 ③ 毎週金曜日 18:30~19:30 ④ 毎週土曜日 17:30~18:30	① 浜北文化センター ② 南部協働センター ③ 西部協働センター ④ 西部協働センター	NAジャパンセントラルオフィス 南関東エリア ☎ 050-6867-3765



えぬえーはままつ

NA浜松リカバリーグループ

オープン

開催日時	会場	お問い合わせ
毎週金曜日 19:00~20:30	浜松市福祉交流センター	NAジャパンセントラルオフィス 南関東エリア ☎ 050-6867-3765



依存症 回復支援施設

はままつ

浜松ダルク・デイステップ

本人

場所	お問い合わせ
浜松市中央区三島町1807番地	☎ 053-555-2894



参加対象

本人

依存の問題で悩んでいるご本人

家族

ご家族の依存問題で悩んでいる方

クローズド

依存の問題で悩んでいるご本人

オープン

依存の問題で悩んでいるご本人、ご家族、支援者、医療・司法関係者など



自助グループや家族会の情報は
こちらのホームページでご覧いただけます



<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/sei-hokenc/kazokukaileaflet.html>

浜松市 自助グループ



依存症の相談窓口

はまつしせいしんほけんふくし
浜松市精神保健福祉センター

浜松市中央区中央一丁目12-1 静岡県浜松総合庁舎4階

☎ 053-457-2709

依存症治療拠点病院

はっとりびょういん
医療法人社団進正会 服部病院

磐田市西貝塚3781-2 **☎ 0538-32-7121**

せいめいびょういん
医療法人十全会 聖明病院

富士市大淵888 **☎ 0545-36-0277**

電話相談

浜松いのちの電話

☎ 053-473-6222

時間 日～火曜日・祝日 10:00～22:00
水～土曜日 10:00～24:00
第2・4土曜日 10:00～翌日10:00

こころのほっとライン

☎ 053-457-2195

時間 月～金曜日 9:00～16:00(祝日・年末年始をのぞく)

制作 浜松市精神保健福祉センター
浜松市中央区中央一丁目12-1 静岡県浜松総合庁舎4階
電話 053-457-2709 FAX 053-401-1028

発行 2026年3月