

# 依存症・アディクション関係の自助グループ等一覧表

(令和8年1月30日確認)

## 1. 当事者が中心のグループ

名称	内容			連絡・問合せ先	
大分県 断酒連合会	アルコール依存症者とその家族で構成されている自助グループ。 県内17の断酒会で体験談を中心にミーティングを実施しています。			大分県断酒連合会事務局 [TEL] 097-560-3030 *以下各支部会長連絡先	
	◇ミーティング			[TEL] 0979-32-2027	
	中津断酒会	第1・4・5土曜 第2・3土曜 第1・3月曜	PM7:40~9:40 PM7:40~9:40 PM7:30~9:30	如水コミュニティセンター 小楠コミュニティセンター 耶馬溪公民館	[TEL] 0978-33-3075
	宇佐断酒会	木曜	PM7:40~9:30	四日市コミュニティセンター	[TEL] 090-7296-1176
	速見断酒会	火曜	PM7:30~9:00	杵築市山香庁舎3階和室	[TEL] 090-7296-1176
	杵築断酒会(一時休会中)	金曜	PM7:30~9:00	きつき生涯学習館1階第1研修室	[TEL] 090-9585-6883 (県断酒会事務局)
	国東断酒会(休止中)	毎月10日	PM7:30~9:30	武藏町蓮華寺	
	別府断酒会	水曜	PM7:00~9:00	別府市中央公民館3階第2会議室	[TEL] 0977-24-1489
		*第3水曜	PM7:00~9:00	家族会 別府市中央公民館	
	大分断酒会	金曜	PM7:30~9:30	明治明野公民館2階和室1	[TEL] 097-543-3173
		*第1・3金曜	PM7:30~9:30	家族会 明治明野公民館2階和室2	
	大分南断酒会	火曜	PM7:30~9:30	植田市民行政センター2階「老人憩いの家」	[TEL] 0972-23-7971
	大分東断酒会	水曜	PM7:30~9:30	久原公民館	[TEL] 080-3183-1406
	大南断酒会	土曜	PM7:30~9:30	大南公民館2階視聴覚室	[TEL] 097-597-0516
	佐賀関断酒会	第2・4火曜	PM7:30~9:30	佐賀関市民センター2階視聴覚室	[TEL] 097-574-0577
	白杵断酒会	木曜	PM7:30~9:00	平清水公民館	[TEL] 090-5468-7971
	佐伯断酒会	水曜	PM7:30~9:00	さいき城山桜ホール1階会議室1	[TEL] 080-1768-4774
	三重断酒会	第1・3火曜	PM7:00~9:00	豊後大野市役所2階音楽室	[TEL] 090-7984-2528
	竹田断酒会	第1・3・5日曜	PM7:00~9:00	やまなみ福祉会	[TEL] 090-9585-6883 (県断酒会事務局)
		*第3日曜	PM6:00~7:00	家族会 やまなみ福祉会	
	由布断酒会	第1・3月曜	PM1:30~3:30	はさま未来館4階女性研修室	[TEL] 090-2865-0700
		第2・4月曜	PM7:00~9:00		
	日田断酒会	第2・4土曜	PM1:00~3:00	大分友愛病院内	[TEL] 0973-23-2406
AA (Alcoholics Anonymous)	アルコール依存症者の回復のための自助グループ				
	◇ミーティング				
	グレーグループ	水曜	PM7:00~8:00	大分カトリック教会	AA九州・沖縄セントラルオフィス 〒892-0803
		*クローズドグループ		鹿児島市祇園之洲町12 セジュール祇園之洲102号	
	AAペガサスグループ	土曜	PM7:00~8:30	大分カトリック教会	[TEL] 099-248-0057 (月~金 AM10:00~PM4:00)
	AAわさだグループ	日曜	PM7:00~8:30	植田公民館	
	iRisグループ	月曜	PM7:15~8:45	中津文化会館	
		*当事者のみのクローズドグループ		[ホームページ] <a href="http://www.aa-koco.com/">http://www.aa-koco.com/</a> [携帯サイト] <a href="http://mobile.aa-koco.com/">http://mobile.aa-koco.com/</a>	
	AA宇佐グループ	火曜	PM6:30~8:00	四日市コミュニティセンター	
	大分地区女性	第1・3土曜	PM2:00~3:30	ホルトホール大分	
	ミーティング			ホームページにミーティング会場変更・中止情報が掲載されます。	
	*事情により開催日を変更する場合があります。ホームページでご確認ください。 ※グループによってはオンラインとのハイブリッド形式でも実施しています。 詳細は、右記「AA九州・沖縄セントラルオフィス」にお問い合わせください。				
NA (Narcotics Anonymous)	薬物を止みたい人のための自助グループ				
	◇ミーティング				
	NA DEEP	月曜 木曜 日曜	PM7:00~8:00 PM7:00~8:30 PM7:00~8:30	河村クリニック2階 ライフパル2階会議室 コンパルホール	[NA日本ホームページ] <a href="http://najapan.org">http://najapan.org</a>
		※祝祭日でもミーティングを実施していますが、会場が変更する場合があります。 NA日本のホームページもしくは連絡先にて、ご確認をお願いします。			[e-mail] <a href="mailto:na.deep.g.bonbe@gmail.com">na.deep.g.bonbe@gmail.com</a>
GA (Gamblers Anonymous)	ギャンブルが原因で、生活のいたる所に問題をおこしていませんが、 ギャンブルが止まらない方、ギャンブルを止める方が対象。 仲間と一緒にギャンブルを止めるため、毎週ミーティングを行っています。				
	◇ミーティング				
	GA大分グループ	水曜	PM7:00~9:00	大分市西部公民館	[GA日本ホームページ] <a href="http://www.gajapan.jp/">http://www.gajapan.jp/</a>
	GA大分東 きずなグループ	土曜	PM7:00~8:30	大分市東部公民館	ホームページに各ミーティングのスケジュールが掲載されています。
	GAなかつ 大分グループ	土曜	AM10:30~12:00	新博多町交流センター	
	※会場が変更になることがありますのでGA日本のホームページでご確認をお願いします。				
DA 大分グループ (Debtors Anonymous)	DA(データーズ・アノニマス)は、強迫的買い物・浪費・借金依存の方が対象。経験と力と希望を分かち合って共通する問題を解決する他、問題からの回復を手助けしたいという自助グループです。				
	◇ミーティング	金曜	PM7:00~8:30	ライフパル 2階会議室	[ホームページ] <a href="https://kaimonorouhishakkin.jimdo-free.com/">https://kaimonorouhishakkin.jimdo-free.com/</a>
		※第一金曜 クローズ(買物依存症の本人のみ参加可能) ※基本的にライフパルで開催していますが、祝日等は別の場所で開催する場合もありますので、その都度ホームページの確認をお願い致します。			

<b>大分NABA (Nippon Anorexia Bulimia Association)</b>	<p>NABAとは、摂食障害からの回復と成長を願う人々の自助グループです。 電話でのお話にも対応できます。気軽に電話をおかけください。</p> <p>◇ミーティング 第1・3火曜 PM7:00～8:30 ひこばゆビル 5階 *ミーティングは休止を検討中です。まずはお電話にてお問合せください。</p>	<p>[TEL] 090-5935-1888</p>
<b>別府ACA (Adult Children Anonymous)</b>	<p>わたしたちACが共通して持っている特徴 「孤立し、人や権威を恐れる」「人が怒っていたり、個人的な批判を聞くと怯える」「アルコール依存症になったり、アルコール依存症者と結婚したり、ワーカホリック(仕事中毒)になった」「刺激に嗜癖する」「人生を犠牲者の視点で生きている」「行き過ぎた責任感を持っていて、自分の心配より他人の方を心配をしそう」「自ら行動する人でなく反応する人である」等々の(問題)を抱えて生きづらさを感じている方はミーティングに参加をしてみてください。</p> <p>◇ミーティング 金曜 PM7:00～8:30 別府市社会福祉会館 作法室 または 別府中央公民館3階 第4会議室 *ミーティングへの参加の事前連絡は必要ありません。開催日、開催場所にお越しください。</p>	<p>[TEL] ACA別府グループ連絡先 090-2110-4825 ACA事務局(ミーティング案内専用) 044-945-7149 [ホームページ] <a href="https://aca-japan.org">https://aca-japan.org</a></p>

## 2. 家族が中心のグループ

名称	内容	連絡・問合せ先
<b>ギャマノン (Gam-Anon)</b>	<p>ギャンブル依存症者の家族の自助グループ</p> <p>◇ミーティング</p> <p>ギャマノン大分 毎週水曜 (祝祭日休み) PM7:00～9:00 大分市西部公民館 ギャマノンうすき 每週土曜 (祝祭日休み) AM11:00～PM1:00 フリースクールばずる</p>	<p>[ホームページ] <a href="https://www.gam-anon.jp">https://www.gam-anon.jp</a> [メール] &lt;ギャマノン大分&gt; <a href="mailto:gamanon.oita@gmail.com">gamanon.oita@gmail.com</a> &lt;ギャマノンうすき&gt; <a href="mailto:gamanon.usuki@gmail.com">gamanon.usuki@gmail.com</a></p>
<b>GAFA (Gambling Families Anonymous)</b>	<p>ギャンブルに問題を持つ人の家族や友人の集まり</p> <p>◇ミーティング</p> <p>GAFAかぼすステップ 第1、3日曜 AM10:00～11:00 ホルトホール大分 会議室 GAFA中津 每週木曜 (祝祭日も開) PM7:00～9:00 新博多町交流センター</p>	<p>[ホームページ] <a href="https://gafa-official.org/">https://gafa-official.org/</a></p>
<b>あしたば会</b>	<p>アルコールや他(アディクション)の問題で、誰にも相談できずに1人で悩んでいませんか？私たちは同じ問題を抱える家族の集まりです。 悩みを語り、対応の仕方を学び、明るい光と一緒に見つけませんか？お待ちしています。</p> <p>◇ミーティング 第2・4水曜 PM1:00～4:00 大分市いきいき健康館 (祝日除)</p>	<p>[TEL] 097-536-2852 (大分市保健所)</p>

※ 上記記載の各グループのメールは、問い合わせのみ対応(メールでのご相談はお受けできません)。

※ ミーティング会場・時間は変更されることがあります。

※ こころとからだの相談支援センターお問合せ 電話受付時間：月～金(祝日除) 8:30～12:00/13:00～17:00

## 3. 現在大分では活動休止中のグループ

名称	内容
<b>EA 大分グループ (Emotions Anonymous)</b>	<p>自己評価の低さ、恨み、恐れ、優柔不断、完璧主義、愛情の低さ、うつなどのネガティブな感情の問題からの回復のために男女の仲間で分かち合う自助グループ</p>
<b>ACODA</b>	<p>虐待などの問題のある家庭で育ったために抱えている生きづらさから自由になりたいと願うAC(アダルト・チルドレン)のためのグループ 【ホームページ】<a href="https://www.acoda.org/">https://www.acoda.org/</a> ※ACODAから検索</p>
<b>アラノン (AL-ANON)</b>	<p>アルコール依存の問題を持つ人の家族と友人の自助グループ 【連絡先】NPO法人アラノン・ジャパン 神奈川県横浜市神奈川区白幡上町19-13 【TEL】045-642-8777 AM10:30～PM3:00 (水・土・日・祝 休み) 【ホームページ】<a href="http://www.al-anon.or.jp/">http://www.al-anon.or.jp/</a> ※アラノンから検索</p>
<b>ナラノン (Nar-Anon)</b>	<p>薬物の問題を持つ人の家族の自助グループ 【連絡先】ナラノン ファミリーグループ ジャパン ナショナルサービスオフィス 東京都豊島区西池袋2-1-2 島幸目白ビゾ2-C 【TEL】03-5951-3571 AM10:00～PM4:00(土日祝祭日休み) 【ホームページ】<a href="http://nar-anon.jp/">http://nar-anon.jp/</a> ※ナラノンから検索 【e-mail】<a href="mailto:naranon@sirius.ocn.ne.jp">naranon@sirius.ocn.ne.jp</a></p>

## 4. その他

名称	内容	連絡・問合せ先
<b>全国ギャンブル依存症家族の会 大分</b>	<p>ギャンブル依存症に苦しみ悩む家族が、連帯して問題の解決を図ることを目的に活動する民間支援団体 *入会費、年会費が必要です</p>	<p>[ホームページ] <a href="http://www.gdfam.org">http://www.gdfam.org</a> [TEL] 090-4573-6235 [メール] <a href="mailto:gdfam.oita@gmail.com">gdfam.oita@gmail.com</a></p>