

# 自助グループ

## 〈沖縄県断酒会〉

令和2年6月現在

### (那覇市)

※公共施設については公休日除く

名称	開催曜日	時間	会場	電話番号
那覇断酒会	水曜日	19時～21時	那覇市保健所	090-5083-1012
那覇古島断酒会	水曜日(公休日除く)	19時～21時	前島3-19-8「アルプスセンター」	
首里断酒会	火曜日	19時～21時	首里公民館	090-1945-4391
小祿断酒会	木曜日	19時～21時	那覇市総合福祉センター 地下1階ふれあい広場(あしびなー)	090-3794-7922 098-973-3209

### (南部)

糸満清明断酒会	月曜日	19時～21時	糸満清明病院	090-1945-4391
南部断酒会 糸満例会	月曜日	19時～21時	糸満市障害者生活支援センター 陽だまり	090-8915-1085
豊見城断酒会	金曜日	19時～21時	豊見城市社会福祉センター	090-5296-3561
豊見城支部 「お酒の問題を考える会」	水曜日	19時～21時	豊見城市真玉橋290-1-201	090-5083-1012
とよみ日曜昼例会	日曜日	15時～16時半	県立総合精神保健福祉センター	090-5083-1012
南部断酒会	木曜日	19時～21時	南部保健所(☎098-889-6351)	098-889-0286
浦添断酒会	金曜日	19時～21時	浦添市保健相談センター	098-857-1513
浦添断酒会 新生会	月曜日	19時～21時	浦添市保健相談センター	090-9595-6986

### (中部)

宜野湾断酒会 新生会	火曜日	19時～21時	宜野湾市保健相談センター	
北谷断酒会	木曜日	19時～21時	北谷町保健相談センター	098-936-4336
沖縄断酒会 友の会	木曜日	19時～21時	中部保健所	080-2721-4319
具志川断酒会	金曜日	19時～21時	うるま市健康福祉センター (うるみん)	090-8290-1006 (仲田)
読谷断酒会	月曜日	19時～21時	読谷村総合福祉センター	070-5810-5891
石川断酒会	火曜日	19時～21時	うるま市石川保健相談センター	090-3794-1145
琉球病院内例会	水曜日	19時～21時	琉球病院北 I 病棟(プログラム室)	090-3794-1145

### (北部)

やんばる断酒会 友の会	火曜日	19時～21時	北部保健所	090-8293-0331
源河断酒会 絆の会	水曜日	13時～15時	名護市源河2534-62 (要連絡)	090-8293-0331
	木曜日	19時～21時		

### (離島)

石垣断酒会	—	—	—	休会中
宮古断酒会	金曜日	19時～21時	宮古保健所	0980-72-8447
久米島断酒会	—	—	—	休会中
粟国断酒会	第2・4 火曜日	19時～21時	粟国総合福祉センター	098-988-2017

沖縄県断酒会 連絡先:090-5083-1012(城間隆也)

## 〈沖縄県断酒会〉

### （男性限定の会）

名 称	開催曜日	時 間	会 場	電話番号
シングルの集い	毎週土曜日	19時～21時	那覇市保健所 3階小会議室	080-3989-8457
シングルの会	第1 土曜日	19時～21時	浦添市保健相談センター	090-3794-1145

### （女性限定の会）

沖縄アメシストの会	第1 土曜日	14時～16時	那覇市保健所 3階小会議室	080-6492-7331
中部アメシストの会	毎週水曜日	19時～21時	中部保健所	

### （障害を抱える方を中心とする会）

虹の会	第2 土曜日	19時～21時	沖縄市保健相談センター(会議室)	098-938-2564
-----	--------	---------	------------------	--------------

### （家族の会）

那覇家族会	第2 火曜日	19時～21時	那覇市保健所	098-857-1513
豊見城家族会	第1 日曜日	14時半～16時半	豊見城市社会福祉センター	090-2504-6789
沖縄市家族会	第3 火曜日	19時～21時	沖縄市かりゆし園	
中部地区家族会ひまわり	第1 月曜日	19時～21時	沖縄市保健相談センター(会議室)	098-938-2564
やんばる家族絆の会	第1・3 月曜日	20時～22時	北部保健所	090-3793-1024
宮古家族会	—	—	—	休会中

※お酒のことで困っている人なら、本人でも家族でもどなたでも参加できます。お気軽にご相談下さい。

※開催日時の変更がある場合がございます。各例会連絡先または沖縄県断酒会へご確認ください。

沖縄県断酒会 連絡先:090-5083-1012(城間隆也)

### 〈その他〉

沖縄県断酒志茂田会	毎週火曜日	19時半～21時	豊見城市与根公民館	080-2781-6953 (比嘉)
-----------	-------	----------	-----------	-----------------------

## 【アルコール依存】

### 〈AA = Alcoholics Anonymous〉

令和2年6月現在

無名のアルコール依存症者の集まり。アルコールを必要としない人生をこれから生きていきたいと願う人を対象にミーティングを開いています。個人の回復のための「12のステップ」と、この集まりを支える「12の伝統」があります。

名 称	開催曜日	時 間	会 場
なはグループ	月曜日・木曜日 (本人だけ、最終木曜日オープン)	19時半～21時	那覇市真和志庁舎 2階ボランティアサロン
首里グループ	火・水・金曜日 (本人だけ、最終金曜日オープン)	20時～21時半	首里カトリック教会内 信徒会館
でいごグループ	水曜日(クローズ、第1ビジネス、最終週オープン)	13時～14時	那覇市真和志庁舎2階ボランティアサロン
	日曜日	18時～19時	那覇市保健所3階多目的A
かりゆしグループ	火曜日(本人だけ) ※祝祭日休み	19時～20時半	糸満市地域生活支援センター (南部病院裏)
	水曜日(本人だけ) ※祝祭日休み	19時～20時半	浦添市保健相談センター
南城スリーSグループ	第1 木曜日(オープン)	19時～20時半	八重瀬町社会福祉協議会 研修室
	第3・4・5 木曜日(オープン)	19時～20時	南城市中央公民館
コザグループ	木曜日(本人だけ) 最終週(オープン)	20時～21時半	沖縄市保健相談センター
	火曜日(本人だけ) ※祝祭日休み	20時～21時半	嘉手納町社会福祉協議会 3階会議室
キープ・パドリング・グループ	土曜日(オープン、第1土ビジネス)	20時～21時半	日本聖公会沖縄教区(北谷町吉原) (オールソウルズ教会)
山原グループ	金曜日 (本人だけ)オープンになる場合あり	20時～21時半	北部保健所
南ぬ島グループ	土曜日(オープン)	19時～20時半	八重山保健所1階会議室
エメラルドグリーン	火曜日(オープン)	19時～20時	宮古保健所
沖縄ヤングミーティング (40歳まで)	土曜日(クローズド) ※最終週のみオープン	19時～20時半	那覇市保健所3階多目的A
かりゆしグループ(女性)	木曜日(本人だけ) 第2週はオープン	19時～20時半	浦添市保健相談センター
サンセットビーチグループ (英語ミーティング)	水曜日(オープン) 土曜日・日曜日(オープン)	19時～20時 9時～10時	北谷美浜のサンセットビーチ防波堤横 のあずまや(野外)、雨天時はビーチタ ワーホテルBBQスペース
琉球病院	第1 日曜日(本人だけ)	14時～15時半	琉球病院(金武7958-1)
琉球病院(女性)	第3 月曜日 ※祝祭日休み	14時～15時半	13時45分、琉球病院外来入り口集合
糸満晴明病院	第3 日曜日(本人だけ)	14時～15時半	糸満晴明病院(糸満市大度520)
玉木病院	第1木・第3金(オープン) ※祝祭日休み	16時～17時半	玉木病院敷地内(あいち社館)

<連絡先>

AA九州・沖縄地域セントラルオフィス 電話・FAX:099-248-0057 月曜日～金曜日 10:00～16:00(土・日・祝日は休み)

〒892-0803 鹿児島市祇園之州町 12 セジュール祇園之州102号 <http://www.cam.hi-ho.ne.jp/aa-jso/index.html>

AA日本ゼネラルサービス(JSO) 電話:03-3590-5377 〒171-0014 東京都豊島区池袋4-17-10 土屋ビル3F <http://aajapan.org/>

※参加方法:直接会場にお越し下さい。当事者以外でAAに関心をお持ちの方は各グループが設けているオープンミーティングの日にご参加下さい。各会場との関係はありませんのでお問い合わせはご遠慮下さい。

### 〈アラノン = Al-Anon〉

アルコール依存の問題をもつ人の家族と友人の自助グループです。「12のステップと伝統」をプログラムとして活動しています。

名 称	開催曜日	時 間	会 場
沖縄コザグループ	日曜日	15時～16時	かりゆし園(沖縄市知花)
那覇グループ	土曜日	15時～16時	那覇市保健所

<連絡先> NPO法人アラノンジャパン 電話:045-642-8777 メール:gso@al-anon.or.jp 10:00～16:00(水・土・日・祝日は休み)

〒221-0075 横浜市神奈川区白幡上町19-13 <http://www.al-anon.or.jp/>

※参加方法:直接会場にお越し下さい。各会場との関係はありませんので会場へのお問い合わせはご遠慮下さい。

## 【薬物依存】

### 〈NA = Narcotics Anonymous〉

令和2年6月現在

NAグループとは、回復に取り組むアディクト(薬物依存者)達による非営利的で、地域に根ざした集まりです。定期的なミーティングの開催とメッセージ活動を行っています。

名 称	開催曜日	時 間	会 場
クリーン・フィンズ・グループ	日曜日(オープン)	19時～20時半	那覇バプテスト教会(西原町)
	木曜日(オープン)	19時～20時半	
沖縄グループ	月曜日(オープン)	19時～20時	宜野湾市保健相談センター
	水曜日(オープン)	19時～20時半	那覇市総合福祉センター
	金曜日(オープン)	19時～20時	那覇市協働プラザ
リベログループ	金曜日(クローズド)	20時～21時半	北谷町保健相談センター
ソウルズコードグループ	金曜日(オープン)	19時～20時半	那覇市真和志支庁舎2F ボランティアサロン
琉球グループ	土曜日(オープン)	19時～20時半	那覇市保健所
ティンダ美ら海グループ	月曜日(クローズド) ※女性セクシャルマイノリティ	19時～20時	普天間カトリック教会(宜野湾市)
	火曜日(オープン)	19時～20時	沖縄市社会福祉センター
	水曜日(オープン)	18時半～19時半	普天間カトリック教会(宜野湾市)
	金曜日(オープン)	19時～20時	宜野湾市保健相談センター
	土曜日(オープン)	18時半～19時半	宜野湾市勤労青少年ホーム
	日曜日(オープン)	16時～17時半	フルゴスペル教会(宜野湾市大山)
サウスサイドグループ	火曜日(オープン)	19時～20時半	那覇市保健所
ラストフォートグループ	水曜日(オープン)	19時～20時	漢那祈りの家(宜野座村)
	土曜日(オープン)	19時～20時	名護市中央公民館
	日曜日(オープン)	18時～19時	金武町総合保健福祉センター
ジミーK 沖縄グループ	月曜日(オープン)	18時～19時	与那原カトリック教会聖クララ修道院
	木曜日(オープン)	19時～20時半	ベタニヤユイマール教会(糸満市)
ノアズアークグループ	日曜日(オープン)	19時～20時	沖縄市保健相談センター
	水曜日(オープン)	19時～20時	CAFÉパピルス
	金曜日(オープン)	19時～20時	漢那祈りの家(宜野座村)
イマココグループ	火曜日(オープン)	19時半～20時半	那覇市保健所3階
めぶきグループ	土曜日(バイリンガルミーティング)	19時～20時	宜野湾市人材育成交流センターめぶき

#### ＜連絡先＞

沖縄エリアインフォメーションサービス 電話:080-3958-8981

NA日本リージョン・セントラル・オフィス ※火曜日 19:00～20:00 土曜日 13:00～17:00 (FAXは毎日24時間)

〒115-0045 東京都北区赤羽 1-51-3-301 電話・FAX:03-3902-8869 <http://www.najapan.org/okinawa>

※参加方法:直接会場にお越し下さい。

※オープン:本人以外も入場可能 クローズド:本人のみ

### 〈PA = ピルズ・アノニマス沖縄〉

令和2年6月現在

PAとは、医師から処方される精神安定剤や睡眠薬等を多く服用したり誤った用法で使用することで陥る「処方薬依存症」からの回復に取り組む自助グループです。定期的なミーティングの開催とメッセージ活動を行っています。

名 称	開催曜日	時 間	会 場
PAクリーンアイランド	毎週水曜日	19時～20時半	那覇市真和志支所2階 ボランティアサロンまわし (那覇市寄宮2-32-1)

＜お問合せ先＞ 070-5430-6177(ぼんた)

※予約や申込は不要。直接会場にお越し下さい。会場へのお問い合わせはご遠慮下さい。

## 〈ナラノン = Nar-Anon Family Groups〉

ナラノンファミリーグループは、薬物の問題をもつ人の家族や友人の自助グループです。

名 称	開催曜日		時 間	会 場
沖縄普天間グループ	第2・3・4・5 土曜日	レギュラー	18時45分～ 19時45分	カトリック普天間教会(宜野湾市野嵩)
沖縄コーラルグループ	第1・2・4 火曜日	ビギナーズ	18時半～19時	県立総合精神保健福祉センター
		レギュラー	19時～20時	

<連絡先> ナラノンジャパン ナショナルサービスオフィス 電話:03-5951-3571 ※毎週月曜日～金曜日 10:00～16:00  
〒171-0021 東京都豊島区西池袋2-1-2 島幸目白ビル2-C (土・日・祭日は休み) <http://nar-anon.jp/index.html>

※参加方法:直接会場にお越し下さい。会場との関係はありませんので会場へのお問い合わせはご遠慮下さい。

## 【ギャンブル依存】

### 〈GA = Gamblers Anonymous〉

令和2年6月現在

経験と希望を分かち合っって共通の問題を解決し、ギャンブルの問題から回復するように手助けしたいという当事者の集まりです。

名 称	開催曜日		時 間	会 場
ていーだグループ	月曜日(オープン)	※公休日は休み	19時～20時	那覇市社会福祉協議会1階 デイサービスセンターあしびなー
	火曜日(オープン)	〃	19時半～21時	那覇市北保健センター(市立病院敷地内)
	水曜日(オープン)	〃	19時～20時	沖縄県男女協同参画センターているる
	木曜日(オープン)	〃	19時～20時	那覇市若狭公民館
	金曜日(オープン)	〃	19時～20時	沖縄県男女協同参画センターているる
	日曜日(オープン)		18時～19時	那覇市若狭公民館
Free Place沖縄グループ	金曜日(オープン)		19時～20時15分	那覇市保健所
	土曜日(オープン)		11時～12時	沖縄県男女協同参画センターているる
宜野湾グループ	火曜日(オープン)		19時～20時	カフェパピルス (宜野湾市大山2-15-14) 連絡先:080-2555-7423(オギクボ)
那覇グループ	水曜日	※公休日は休み	19時～20時半	那覇市保健所3F多目的室C
Re:Life沖縄グループ	火曜日(オープン)		19時～20時	糸満シーサイドチャペル (糸満市潮平804)
	水曜日(オープン)		19時～20時	南城依存症ケアセンター1F (南城市玉城船越218-1)
	木曜日(オープン)		19時～20時半	インマヌエル糸満キリスト教会 (糸満市兼城754-8)

<連絡先> GA日本インフォメーションセンター 電話:046-240-7279 FAX:050-3737-8704 <http://www.gajapan.jp>  
〒242-0017 神奈川県大和市大和東3-14-6 KNハウス101 ※電話:毎月 第2土曜日と最終週の日曜日 11:00～15:00

※参加方法:直接会場にお越し下さい。会場との関係はありませんので、お問い合わせはご遠慮下さい。

## 〈ギャマノン = Gam-Anon〉

令和2年6月現在

ギャンブルの問題を抱える方のご家族と友人の自助グループです。

名 称	開催曜日		時 間	会 場
沖縄ゆうなグループ	第2・4	水曜日(クローズド) 祝祭日休み	20時～21時半	沖縄市保健相談センターかりゆし園 (沖縄市知花6-36-17)
沖縄結グループ	第1・3	木曜日(クローズド) 祝祭日休み	19時45分～ 20時45分	なは市民活動支援センター なは市民 協働プラザ2F(那覇市銘苅2-3-1)
沖縄ちゅらグループ	第1・3	金曜日(祝祭日除く) ※女性クローズド・ワーカーズ・持ち回り保育	19時半～20時半 (ビギナーズ19時～)	caféくじら(与那原町字板良敷476-8) okinawachura.gam@gmail.com

<連絡先> 一般社団法人 ギャマノン日本サービスオフィス 電話・FAX:03-6659-4879 <http://www.gam-anon.jp/>  
※電話:毎週月曜日・木曜日 10:00～12:00

※参加方法:直接会場にお越し下さい。会場との関係はありませんのでお問い合わせはご遠慮下さい。

## 〈コード CoDA = Co-Dependents Anonymous〉

令和2年6月現在

共依存の問題から回復するための自助グループです。

名 称	開催曜日	時 間	会 場
デイゴグループ	第2・第4 日曜日(クローズド)	10時～11時半	なは市民活動支援センター なは市民協働プラザ2F(那覇市銘苅2-3-1)

<連絡先> CoDA JAPAN 〒336-8799 さいたま中央郵便局留(左記まで用件を郵送) <http://www.coda-japan.org>

※予約や申込は不要。直接会場にお越し下さい。会場へのお問い合わせはご遠慮下さい。

## 〈ACA=アダルト チルドレン アノニマス〉

令和2年6月現在

ACA(アダルト チルドレン アノニマス)は、子どもの時期を、アルコールリズムやその他の機能不全のある家庭で過ごした成人(=アダルト・チャイルド)の自助グループです。経験と希望を分かち合い、問題を解決するための自助グループです。

名 称	開催曜日	時 間	会 場
ACAおきなわグループ	第3 火曜日	18時半～20時	なは女性センター (那覇市役所銘苅庁舎1階)
ACAなは女性ミーティング	第2・4 金曜日	14時～15時10分	なは女性センター (那覇市役所銘苅庁舎2階)
ACA LINKS沖縄グループ	毎週日曜日(調整中)	14時～15時半	那覇市社会福祉協議会(予定)

※開催予定については <https://aca-japan.org> をご参照ください。

※LINKS沖縄グループへのお問合せ先 080-5039-8181(大久保)

※予約や申込は不要。直接会場にお越し下さい。会場へのお問い合わせはご遠慮下さい。