



ALCOHOLICS ANONYMOUS®

アルコールリクス・アノニマス

長野地区

オープンスピーカーズミーティング
テーマ

「飲まないで生きるよろこび」

🕒 2026年9月5日（土）10:00～16:00 （会場受付9:40）

📅 駒ヶ根市市民交流活性化センター アルパ
3階多目的ホール

📍 〒399-4112 長野県駒ヶ根市中央3－5

医療関係者のお話

当事者・ご家族・医療関係者・福祉行政関係者の
方々のご参加を大歓迎！！
会場への出入りは自由、参加費は無料

《午前》 長野県立こころの医療センター
病棟看護師師長 宮脇 真一郎様

《午後》 長野県立こころの医療センター
病院医院長 犬塚 伸様

問い合わせ先
AA関東甲信越セントラルオフィス
TEL03-5957-3506



プログラム

進行状況により、
時間変更がある場合があります

9:40～	20分	会場(受付)		
10:00～10:20	20分	開会の挨拶 序文朗読	長野地区 議長 アルプス中央Gr	高坂
		第3章朗読	当日の参加者より選出	
		第5章朗読		
＜午前の部＞				
10:20～11:05	15分	AAメンバーの話（一人15分 3名）		
	15分			
	15分			
11:05～11:20	15分	休 憩		
11:20～12:00	40分	県立こころの医療センター 駒ヶ根病棟看護師 師長	宮脇 真一郎様	
12:00～13:00	60分	昼 食		
＜午後の部＞				
13:00～13:40	40分	県立こころの医療センター 駒ヶ根病院 医院長	犬塚 伸 様	
13:40～14:10	15分	AAメンバーの話（一人15分 2名）		
	15分			
14:10～14:25	15分	休 憩 & インフォメーションタイム		
15:25～15:55	15分	AAメンバーの話（一人15分 2名）		
	15分			
15:55～16:00	5分	閉会の挨拶	長野地区 副議長 らいでんGr	まこと

～注意事項～

お昼ご飯は各自ご準備
下さい

近くに食堂や
ショッピングモール
がございます

駒ヶ根
ソースカツ丼オススメ！！



《アクセス》

駒ヶ根I.Cより車で10分
JR駒ヶ根駅向かい側目の前

駐車場について

駒ヶ根駅前立体駐車場へ無料で駐車できます

事務室で無料駐車券をお配りしていますのでお声掛けください