

せんだい G&A クリニック  
キャンパス予定表

2026 **4** April



プログラム内容

リカバリー	お酒、薬物、ギャンブル等の依存からの回復を目指す方。 依存の種類を問わず参加が可能。資料を使い学んでいただく。
ミーティング	他者の経験を聴いたり、自分の経験を話しながら自分自身の振り返りを行い、依存からの回復を目指していく。 上手く話す必要はなく、思ったこと感じたことを、自由にお話ください。
メッセージ	お酒、薬物、ギャンブル等の依存症で悩んでいる当事者の方、ご家族の方、依存症に関心のある支援者の方が参加可能。
家族プログラム	大切な人の依存の影響でお悩みの方。 同じ思いを抱えたご家族と一緒に、依存症について考えていきましょう。
ドクター講演	依存症、うつ病、適応障害などで通院されている当事者・ご家族・支援者・その他の方々が参加可能。
ヨガ・音楽活動・ 創作・映画	【オープン】疾病の種類を問わず参加可能。初心者大歓迎。

2026年4月キャンパス予定表(上段:AM 下段:PM)

月	火	木	金	土
		2	3	4
			ギャンブル ミーティング	依存症(物質問わず) ミーティング
			リハビリ(依存回復) ⑪「再発を防ぐ」	家族プログラム ①「状況をはっきりさせよう」
6	7	9	10	11
音楽活動[オープン] 🎸ウクレレ教室♪ 初心者大歓迎	家族プログラム ①「状況をはっきりさせよう」		ヨガ[オープン] 椅子ヨガ・呼吸法で心身 リラックス&プチ栄養学	リハビリ(依存回復) ②引き金と欲求について知ろう 女性限定
依存症(物質問わず) ミーティング 女性限定	依存からの回復者による メッセージ ゲストスピーカー:AA		リハビリ(依存回復) ⑫「ありのままの自分と 良好なコミュニケーション」	リハビリ(依存回復) ①「再発を防ぐ」
13	14	16	17	18
依存症(物質問わず) ミーティング	家族プログラム ②「暴力への対策」		依存からの回復者による メッセージ ゲストスピーカー:断酒会	依存症(物質問わず) ミーティング 女性限定
映画鑑賞[オープン]	ドクター講演 「ギャンブル症の メリット・デメリット」		リハビリ(依存回復) ⑬「強くなるより賢くなる (1)～振り返り～」	家族プログラム ②「暴力への対策」
20	21	23	24	25
音楽活動[オープン] 🎸ウクレレ教室♪ 初心者大歓迎	家族プログラム ③「コミュニケーション を変える」		ヨガ[オープン] 椅子ヨガ・呼吸法で心身 リラックス&プチ栄養学	リハビリ(依存回復) ③アルコール・薬物と距離 を置いた生活への回復段階 女性限定
断酒減酒 ミーティング	映画鑑賞[オープン]		リハビリ(依存回復) ⑭「強くなるより賢くなる (2)～再発のサイクル～」	リハビリ(依存回復) ⑫「ありのままの自分と 良好なコミュニケーション」
27	28	30	<div style="border: 2px solid green; border-radius: 20px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>プログラムの見学・体験可能 ご予約・お問い合わせは <b>022-781-7852</b> キャンパス担当スタッフまで</p> </div>	
創作[オープン] ハーバリウム作り 事前予約	家族プログラム ④「望ましい行動を 増やす」			
依存症(物質問わず) ミーティング	ドクター講演 「ハームリダクション とは?」			