

せんだい G&A クリニック

キャンパス予定表

2026 **6** June



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。 女性限定 【オープン】疾病の種類を問わず参加可能。
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・創作・映画・ 自活・スポーツ&ゲーム	【オープン】疾病の種類を問わず参加可能。初心者大歓迎。
心理師プログラム	自律訓練法 自律神経のバランスを整え、精神の安定や疲労回復に役立ちます。こころと体のセルフケアをおこなっていきましょう。
SST プログラム	【オープン】疾病の種類問わず参加可能。 人との関わりの中で必要となる力を一つひとつ身につけ、安心して社会生活を送れるようになることを目指していきます。
エゴグラム	【オープン】疾病の種類問わず参加可能。 自分の性格や行動の癖、コミュニケーションの傾向を客観的に理解し、より良い人間関係形成に役立てることが出来ます。
ギャンブル症・ネット依存 について～ 映像視聴	市民医学講座で、院長が講演した内容を視聴していただきます。

2026年6月キャンパス予定表(上段:AM 下段:PM)

月	火	木	金	土
1	2	4	5	6
映画鑑賞 【オープン】	依存症 ミーティング		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	ミーティング 【オープン】 女性限定
依存症ミーティング 当事者・ご家族	ミニスポーツ &ゲーム 【オープン】		リハビリ(依存回復) ⑥依存症について 知ろう	リハビリ(依存回復) ④ふたつの引き金
8	9	11	12	13
エゴグラムで 自分を知ろう 【オープン】	依存症 ミーティング		ギャンブル症 ネット依存症について 映像視聴	家族プログラム ミーティング& コミュニケーション手法
自主活動 【オープン】	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) ⑦お酒から離れる メリット	リハビリ(依存回復) ⑤孤立しない 生活の大切さ
15	16	18	19	20
音楽活動【オープン】 🎸ウクレレ教室🎸 初心者大歓迎	依存症ミーティング 当事者・ご家族		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	依存症 ミーティング
ミーティング 【オープン】 女性限定	ドクター講演 「依存症家族の 回復」		リハビリ(依存回復) ⑧精神疾患の合併と 依存症の経過	リハビリ(依存回復) ⑥依存症について 知ろう
22	23	25	26	27
映画鑑賞 【オープン】	依存症 ミーティング		ミーティング 【オープン】 女性限定	創作【オープン】 ラベンダーポプリ作り (材料費無料)予約必要
SSTプログラム 【オープン】	ミニスポーツ &ゲーム 【オープン】		リハビリ(依存回復) ⑨合法ドラッグ	リハビリ(依存回復) ⑦お酒から離れる メリット
29	30			
音楽活動【オープン】 🎸ウクレレ教室🎸 初心者大歓迎	心理師プログラム 自律訓練法			
創作【オープン】 フラワーアレンジ (材料費無料)予約必要	ドクター講演 「依存症からの 回復」			

プログラムの見学・体験可能。ご予約・お問い合わせは022-781-7852 キャンパススタッフまで。