

せんだい G&A クリニック

キャンパス予定表

2026 **7** July



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。 【オープン】依存症当事者、ご家族の参加可能。 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・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。

← 通院されているご家族も参加可能です。

2026年7月キャンパス予定表(上段:AM 下段:PM)

月	火	木	金	土
		2	3	4
			<p>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</p>	<p>ミーティング 【オープン】 女性限定</p>
			<p>リカバリー(依存回復) ⑩回復のために 大切なこと</p>	<p>リカバリー(依存回復) ⑧精神疾患の合併 と依存症の経過</p>
6	7	9	10	11
<p>エゴグラムで 自分を知ろう 【オープン】</p>	<p>依存症 ミーティング</p>			<p>家族プログラム ミーティング& コミュニケーション手法</p>
<p>創作【オープン】 フラワーアレンジ (材料費無料)予約必要</p>	<p>ミニスポーツ &ゲーム 【オープン】</p>		<p>リカバリー(依存回復) ⑪再発を防ぐ</p>	<p>リカバリー(依存回復) ⑨合法ドラック</p>
13	14	16	17	18
<p>音楽活動【オープン】 🎵ウクレレ教室🎵 初心者大歓迎</p>	<p>依存症ミーティング 【オープン】 当事者・ご家族</p>		<p>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</p>	<p>依存症 ミーティング</p>
<p>SSTプログラム 【オープン】</p>	<p>ドクター講演 「何があなたを依存症 にしまうのか」</p>		<p>リカバリー(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</p>	<p>リカバリー(依存回復) ⑩回復のために 大切なこと</p>
20	21	23	24	25
<p>休診日</p>	<p>依存症 ミーティング</p>		<p>映画鑑賞 【オープン】</p>	<p>創作【オープン】 体質に合った薬膳茶 (材料費無料)予約必要</p>
	<p>ミニスポーツ &ゲーム 【オープン】</p>		<p>リカバリー(依存回復) ⑬強くなるより賢くな ろう(1)~振り返り~</p>	<p>リカバリー(依存回復) ⑪再発を防ぐ</p>
27	28	30	31	
<p>音楽活動【オープン】 🎵ウクレレ教室🎵 初心者大歓迎</p>	<p>心理師プログラム 自律訓練法</p>		<p>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</p>	
<p>ミーティング 【オープン】 女性限定</p>	<p>ドクター講演 「アルコール 依存症とは？」</p>		<p>リカバリー(依存回復) ⑭強くなるより賢くな ろう(2)~再発のサイクル~</p>	

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。