

～お酒の問題をお持ちの方へ～ 生活の楽しみ発見プログラム

〈 こんな方におすすめ 〉

- ・お酒の問題で通院しているけれど、酒以外に楽しみが思いつかない方
- ・周囲の人からお酒の注意をされるけど、どうしていいかわからない方
- ・勉強会や大勢でのミーティングが苦手な方
- ・「食」「睡眠」「健康」「生活リズム」等に関心がある(変えたいなと思っている)方

〈 プログラム内容 〉

季節を感じる果物や手作りおやつを味わったり、簡単な創作活動やゲームを体験する中で、お酒以外の「楽しみ」を、見つけていくことをめざしています。そして、今まで習慣化されてきた「食」・「睡眠」・「健康」・「生活リズム」等のパターンの見直しや再発見もできたらいいなと思います。

生活の中にある「楽しみ」を探してみませんか。

・日時: 第4金曜日 13時30分～15時

(開室時間 13時～16時)

・場所: 白峰クリニック 3階 302号室

・参加料金: 保険適用になります

自立支援を受けている方は、400円～430円 3割の方は1210円～1280円

診察と同日にご参加の場合は、グループ参加費は自費(3300円)になります。

参加希望の方は、主治医又は担当スタッフにご相談下さい。

お酒の臭いがかなり強い時は、参加はご遠慮いただきます。

関係機関のご担当の方も、一緒に参加可能です。

白峰クリニック 担当者: 斉藤・中