

薬物の問題で困っていませんか？



## 平成29年度 薬物依存症再発予防プログラム

# キープ ～KEEP～

Kyoto-City Easy Enough Program for drug addiction  
(薬物依存症のための、京都市 ええ感じの プログラム)

このプログラムでは、専門職が進行するグループワークを通して、薬物問題に悩む本人が自己理解を深め、再発の危険サインに気づき、依存症からの回復を目指します。

「KEEP」は、健康な生活を維持し、回復への行動を続け、安心できる人間関係を保つことを目標にしています。それぞれのペースを大事にしながら、薬物を使わない生活のための手立てを考え、回復の助けとなるものを学んでいきます。

ぜひ参加してみませんか？

1. 日 時：全6回 14:00～15:30

平成29年	12月	11日(月)	25日(月)
平成30年	1月	15日(月)	29日(月)
	2月	5日(月)	19日(月)

2. 対 象：薬物問題を抱える本人

(ただし、京都市在住であること)

3. 定 員：6名

4. 費 用：無料

5. 申 込：相談専用電話(075-314-0874)による申込の上、

センターでの事前面談を受けていただきます。

参加については面談後にこちらから連絡します。

6. 会 場：京都市こころの健康増進センター

5階 会議室3

(中京区壬生仙念町30)

### ワークブックのテーマ

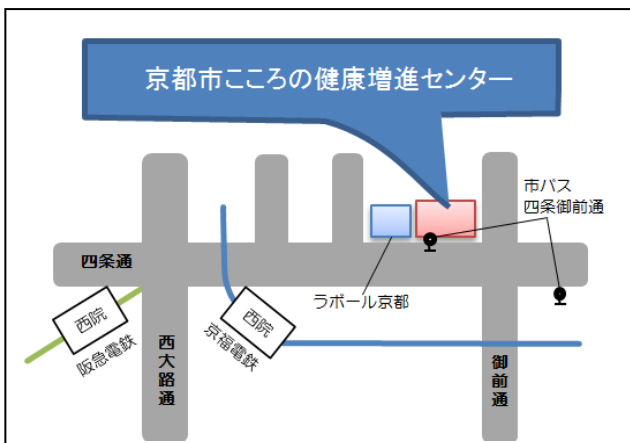
- なぜアルコールや薬物をやめなくてはいけないの？
- 引き金と欲求
- あなたのなかにある引き金について
- 再発を防ぐには
- 再発の正当化
- 回復のために 信頼、正直さ、仲間

グループワーク形式で、ワークブックを使いながら、進めていきます。

皆さんの発言を中心にしながら、じっくり取り組んでいきます。

秘密は守ります。通報することはありませんので、安心してお申込みください。

### 京都市こころの健康増進センター



#### 市バス

「四条御前通」下車すぐ

#### 阪急

「西院駅」下車徒歩5分

#### 京福電鉄嵐山線

「西院駅」下車徒歩3分



京都市印刷物 第294634号 平成29年10月

発行元：京都市こころの健康増進センター

問合せ：☎075-314-0355



京都市こころの健康増進センター開設20周年



京都市  
CITY OF KYOTO