

薬物の問題で困っていませんか？



2019年度 <前期> 薬物依存症 再発予防プログラム

**K E E P**

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付き、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8回 14:00~15:30

2019年 5月		20日 (月)
6月	3日 (月)	17日 (月)
7月	1日 (月)	22日 (月)
8月	5日 (月)	19日 (月)
9月	2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. 費 用：無料

4. 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。

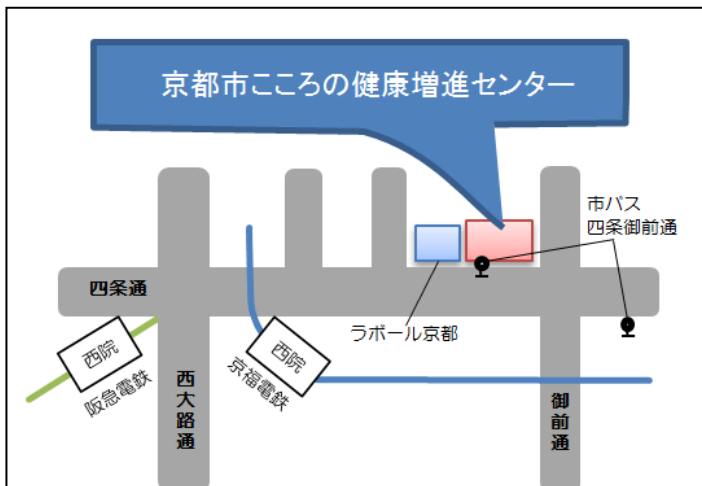
5. 会 場：京都市こころの健康増進センター  
5階 会議室3（中京区壬生仙念町30）

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。



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305119号 平成31年3月  
発行元：京都市こころの健康増進センター  
問合せ：TEL 075-314-0355  
FAX 075-314-0504

