

薬物の問題で困っていませんか？

令和5年度 <後期> 薬物依存症回復支援プログラム

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。

「K E E P」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9回 14:00~15:30

令和5年10月		17日(火)
11月	7日(火)	21日(火)
12月	5日(火)	19日(火)
令和6年 1月		16日(火)
2月	6日(火)	20日(火)
3月	5日(火)	

2. 対象：薬物問題を抱える本人（京都市内在住の方）

3. 定員：各回10名

4. 費用：無料

5. 申込：相談専用電話（075-314-0874）による申込みのうえ、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：京都市地域リハビリテーション推進センター 5階 会議室3 (〒604-8854 京都市中京区壬生仙念町30)

*京都市こころの健康増進センターと同じ建物

*令和6年1月以降、変更の可能性があります。

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
- ▶再発の正当化
- ▶再発を防ぐには
- ▶回復のために 信頼、正直さ、仲間

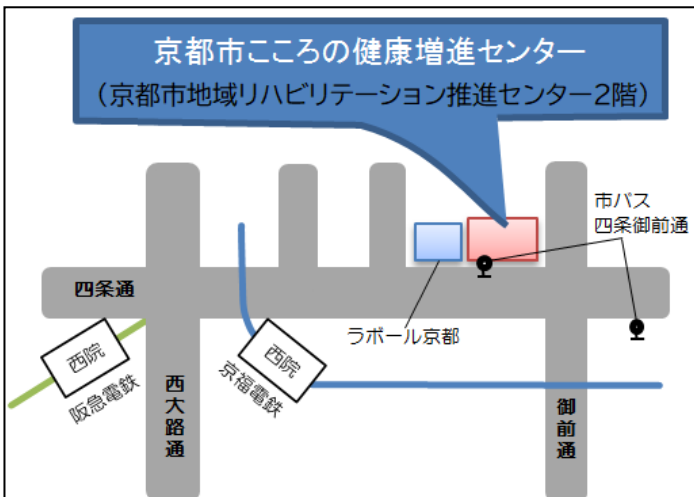
グループワーク形式で、ワークブックを使いながら、進めていきます。

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
(京都市地域リハビリテーション推進センター2階)



市バス「四条御前通」下車すぐ
阪急電鉄「西院駅」徒歩3分（北改札口・南改札口）
京福電鉄「西院駅」徒歩3分

京都市印刷物 第044943号 令和5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



京都市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。