

【変更後】

D E J I M A Addiction Relapse Prevention Program
だれでもえらべるじぶんのいき方 みんなであゆもう 依存症再発防止プログラム

R3年度 依存症回復プログラム

DEJIMAARPP(デジマーブ)短縮版

～「今の自分を変えたい」あなたに～

当センターでは、**アルコール・薬物・ギャンブル等の使用や利用を改めたい**という方を対象に、**回復プログラムをグループで実施**します。

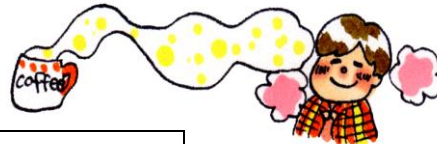
このグループでは、同じ悩みを抱える仲間と一緒に、アルコール・薬物・ギャンブル等にたよらない生き方を取り戻す「回復」を目指します。

一人で悩まず、みんなで一緒に自分らしい生き方を探してみませんか？
あなたのご参加を心よりお待ちしております。

開催日：令和3年9月～令和4年1月 第3金曜日 13:30～15:30

内容：テキストによる学習とミーティング

☆日程が変更になりました。



回	実施日	内容
1	9月17日(金)	「依存症とは」
2	10月15日(金)	「あなたの引き金」
3	11月19日(金)	「再発のメカニズムと防止(対処行動)」
4	12月17日(金)	「回復のために～信頼・正直・仲間～」
5	1月21日(金)	「強くなるより賢くなるよう」

・全5回(短縮版)のプログラムで実施します。途中からの参加も可能です。

場所：長崎こども・女性・障害者支援センター(長崎市橋口町10-22)

対象：アルコール・薬物・ギャンブル等の使用・利用を改めたい方

参加費：無料 ※事前面接(予約制)が必要となります。

申込締切：令和3年9月7日 (途中からの参加も可能です)

**問合せ：長崎こども・女性・障害者支援センター
精神保健福祉課 TEL 095-846-5115**

まずは
お電話ください。



※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、変更する場合がありますのでご了承下さい。

☆参加者の体調管理、消毒の実施など、新型コロナウイルス感染予防対策を講じて開催します。

イラスト出典：Kawahara Yuka