

# こころの温泉

依存問題を持つ方を対象にした「こころの温泉」というプログラムを始めました。このプログラムでは、参加者の心が和むようなグループワークを共に作り、まるで温泉に浸かっているかのような「ほっこりした気持ち」や「癒し」などを共有したいと考えています。ご参加をお待ちしています。

## 8月の予定

## 参加者募集中



2025年8月	内容
13日（水曜日） 14：30～16：00	<u>お盆休みです</u>
20日（水曜日） 14：30～15：30	<u>テーマ別セッション</u> <u>「ストレスを取り除く生活習慣③」</u>
27日（水曜日） 14：30～15：30	<u>認知行動療法 SMARPP</u> <u>「第4回 あなたのまわりにある</u> <u>引き金について」</u>

当院に通院中の方のみ参加できます。参加を希望される方は、院長にお伝えください。費用は1回につき、診療代と資料代（50円）が掛かります。新型コロナウイルス感染防止のため、マスク着用にご協力をお願いいたします。また、発熱や倦怠感など感染兆候がある場合は参加をお控えください。

8月6日（水曜日）14：30～15：30はAA（アルコールクス・アノニマス）のミーティングを行います。是非、ご参加ください。