

2019年11月

さっぽろ麻生メンタルクリニック グループワーク実施予定表

日にち	曜日	開始時間	実施GW	内容・テーマ(予定)
1	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	困っていることの解決法を考えようー問題解決技法
2	土			
3	日			
4	月			
5	火		グループワークお休み	
6	水	9:30	アルコール依存勉強会	
7	木			
8	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	不安とは？/ぐるぐるの思考に対処しよう
9	土	9:30	ギャンブル依存勉強会	
10	日			
11	月			
12	火	13:30	発達障害グループワーク	今月の目標/生活リズムや睡眠について
13	水	9:30	アルコール依存勉強会	
14	木			
15	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	うつについて/体調の赤信号
16	土			
17	日			
18	月			
19	火	13:30	発達障害グループワーク	コミュニケーショントレーニングプレゼンしてみよう
20	水	9:30	アルコール依存勉強会	
21	木	9:30	ゲーム障害・ネット依存GW	
21	木	13:30	大人のひきこもりGW	
22	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	セルフモニタリングー自分の心を観察してみよう/マインドフルネス
23	土	9:30	ギャンブル依存勉強会	
24	日			
25	月			
26	火	13:30	発達障害グループワーク	ストレスコーピングを身に付けよう
27	水	9:30	アルコール依存勉強会	
28	木	9:30	ゲーム障害・ネット依存GW	
28	木	13:30	大人のひきこもりGW	
29	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	アングラー・マネジメント
30	土			
31	日			

■ 注意事項 ■

- ・上記内容を予定しておりますが、内容が変更になる場合があります。
- ・参加には医師の許可が必要です。希望される方は、必ず医師にご相談ください。
- ・グループワーク実施の際の注意事項を遵守してもらい、ルールを守れない方は参加をお断りする場合があります。
- ・診察日とグループワークは同日に入れることができません。予めご了承ください。
- ・グループワーク参加の際は受付にて「グループワーク参加」とお伝えください。