

# 2018年 ~12月スケジュール~



DECEMBER  
平成30年

	月	火	水	木	金	土	日
						1 先負 ☆ミーティング 映画	2 仏滅 お休み
午前 午後1 午後2							
午前 午後1 午後2	3 大安 ゲーム活動 ミーティング 室内スポーツ	4 赤口 カラオケ 木工	5 先勝 園芸活動 ミーティング 芸術療法	6 友引 お休み	7 大安 室外スポーツ 認知行動療法(物質)	8 赤口 料理教室 芸術療法	9 先勝 お休み
午前 午後1 午後2	10 友引 ゲーム活動 ミーティング 室内スポーツ	11 先負 散歩活動 ミーティング フリータイム	12 仏滅 木工 ミーティング 芸術療法	13 大安 お休み	14 赤口 認知行動療法(物質) 駿河探訪	15 先勝 ☆ミーティング 映画	16 友引 お休み
午前 午後1 午後2	17 先負 料理教室(基礎) ミーティング 室内スポーツ	18 仏滅 散歩活動 ミーティング フリータイム	19 大安 園芸活動 ミーティング 芸術療法	20 赤口 お休み	21 先勝 室外スポーツ 認知行動療法(物質)	22 友引 料理教室 利用者会・お誕生日会	23 天皇誕生日 先負 お休み
午前 午後1 午後2	24 振替休日 仏滅 お休み	25 大安 散歩活動 クリスマス会	26 赤口 木工 ミーティング 芸術療法	27 先負 お休み	28 友引 認知行動療法(物質) 駿河探訪	29 先負 大掃除	30 仏滅 お休み

クリスマス会を開催します!!  
ゲーム大会や料理作りを行う  
予定です。利用者会でもやりたい  
ことのアンケートを取りま  
したが、リクエストは随時募  
集中です♪

12月から、「木工」が新しいプログラムとして  
導入されました。デイケアで使う日用雑貨など、  
簡単なものから始めていきたいと考えています。  
月末には1日かけて大掃除を行います。今年1  
年の汚れを皆で落とし、スッキリした気持ちで1  
年を終えましょう。

## 依存兄弟回復への道のり ~新しい依存症を知る~



僕は睡眠不足になるまでネットやゲームをしちゃって学校や仕事を休んじったりすることも…。成績も下がっちゃったし、友達とも距離が出来ちゃってどうしよう!?やめたほうがいいってわかってるけど、つい手がちゃうし、気が付いたら時間がたってるんだ。

僕はネット依存症。

ネ

4

酒 薬 ギャ

母

実は、あなた達にはまだ兄弟がいるの。

酒…アルコール依存症  
ギャ…ギャンブル依存症  
薬…薬物依存症

1

私は、今月、洋服1着買うつもりが、こんなに買っちゃった、…今月は1着にしようと思っていたのに。ストレスが溜まると衝動買いしちゃうのよね、…カードの限度額超えそうだから、また新しいカード作らなきゃ。

私は買い物依存症。

買

5

初めまして  
買

初めまして  
ネット依存症です。

ネ

2

2人とも、今話題の依存症なのよ。特にネット依存症は若い世代に多いわ。ギャンブルくんと同じプロセス依存よ。行動そのものに対してハマってしまうのね。

そうか!!分かっているのになかなかやめられなかったり、周囲の人を巻き込んでしまったり、…悩みや共通点はたくさんあるな。これからでも遅くない。みんなで回復を目指そう!!

酒 薬 ギャ 買 ネ

みんなで聖明デイケアへ行ってみましょ♪

6

突然兄弟って言われても…  
なあ?  
どんな人たちなのか  
全然分からないよ。

薬?

酒

ギャ

まずは相手のことを知ってみようね!

3