

# ギャンブル障害 集団プログラム

よこがわ駅前クリニックでは、ギャンブル障害に特化した集団プログラムを実施しています。同じような悩みを持った方と一緒に、ギャンブル障害について学んでみませんか？

## 第1回

日時:令和8年1月20日(火)13:30～15:00

### 「あなたにとってギャンブルとは？」

ギャンブル障害のメカニズムや特徴について考えます。ギャンブル行動のメリットやデメリットを把握することで、今までの自分自身を振り返ります。

## 第2回

日時:令和8年2月17日(火)13:30～15:00

### 「ギャンブルの引き金について」

普段生活をしている中で、ギャンブル行動につながる様々な危険因子があります。このセッションでは自分自身の行動パターンを把握します。

## 第3回

日時:令和8年3月17日(火)13:30～15:00

### 「引き金への対処とギャンブルへの渴望」

ギャンブル行動へつながる引き金への対処法を具体的に考えます。ギャンブル衝動をコントロールするための対処法を増やしましょう。

## 第4回

日時:令和8年4月21日(火)13:30~15:00

### 「生活の再建・代替行動」

ギャンブルをやめたあとに新しい生活が始まります。ギャンブル行動に使っていた時間を、その他の活動に置き換える必要があります。

## 第5回

日時:令和8年5月19日(火)13:30~15:00

### 「考え方のクセ」

ギャンブル行動をしていた時に、独特な考え方や、行動をしていたことはありませんか?このセッションでは、深追いや再発につながる考え方について学びます。

## 第6回

日時:令和8年6月16日(火)13:30~15:00

### 「まとめ」

今まで取り組んだ全5回の内容について、振り返りを行います。ギャンブル行動につながる行動特性や、考え方のクセについて改めて学びます。

## お問い合わせ

よこがわ駅前クリニック デイケアステラ  
〒733-0011 広島市西区横川町2丁目7-19



横川メディカルプラザ6階

082-532-2027



Seno Wellness Group

