



# リリーブ への しょうたいじょう 招待状



リリーブは、イライラしたりドキドキしたりしたときに、自分の気持ちをおちつかせるためのとっておきの方法“おちつきスキル”を学ぶグループです。

スタッフと<sup>いっしょ</sup>一緒に、楽しくスキルを身につけて、レベルアップしよう！



**日時** 金曜日 午後3時30分から4時30分  
9/15、9/29、10/13、10/27

☆このほかに3回（開始前・後・3か月後）、心理の先生との<sup>めんだん</sup>面談があります。

**場所** 信大病院 外来北3階診察室

**リリーブに参加する人** 子ども 6人くらい、スタッフ 4人くらい

## そのほか

- ・ ホームワーク（<sup>なら</sup>習ったスキルをおうちで使ってくること）があります。
- ・ プログラムを<sup>けんきゅう</sup>研究するために、グループの様子を<sup>さつえい</sup>撮影します。みなさんの顔や名前が外に出ることはありません。ご<sup>きょうりょく</sup>協力をおねがいします。



スタッフのみんな

