

# 不安とうつの集団認知行動療法

ユーピージー

## UP-G

Cognitive Behavioral Group Therapy (Unified Protocol Group ver.)

デイケア  
プログラム

### UP-Gとは…

感情障害（気分障害・不安障害など）の症状や治療について理解を深め、不安やうつなどの不快な感情への対処スキルを学びます。その上で、実際の生活で練習し、実践力を高めることを目指す集団のプログラムです。

### UP-G概要

- 曜日： 毎週月曜日クール、または土曜日クール
- 時間： 13：00～15：00（12時受付）
- 場所： 本館3階 作業療法室
- 回数： 週に1回（全12回）  
※開始日が決まっています
- 対象者： 不安障害、うつ病、適応障害など



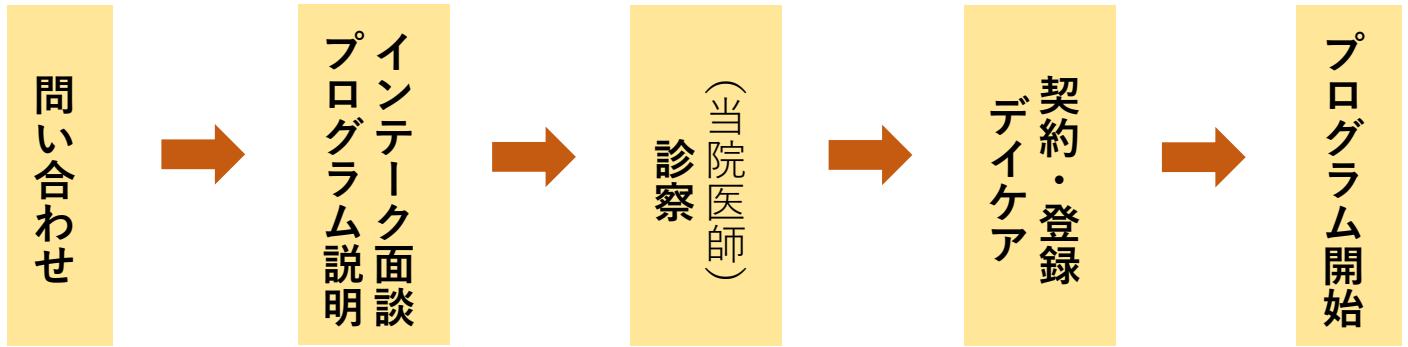
【お申込み方法】主治医にご相談の上、下記までお気軽にご連絡ください。

こころホスピタル草津

デイケアセンター (リワーク)

TEL :082-276-2311

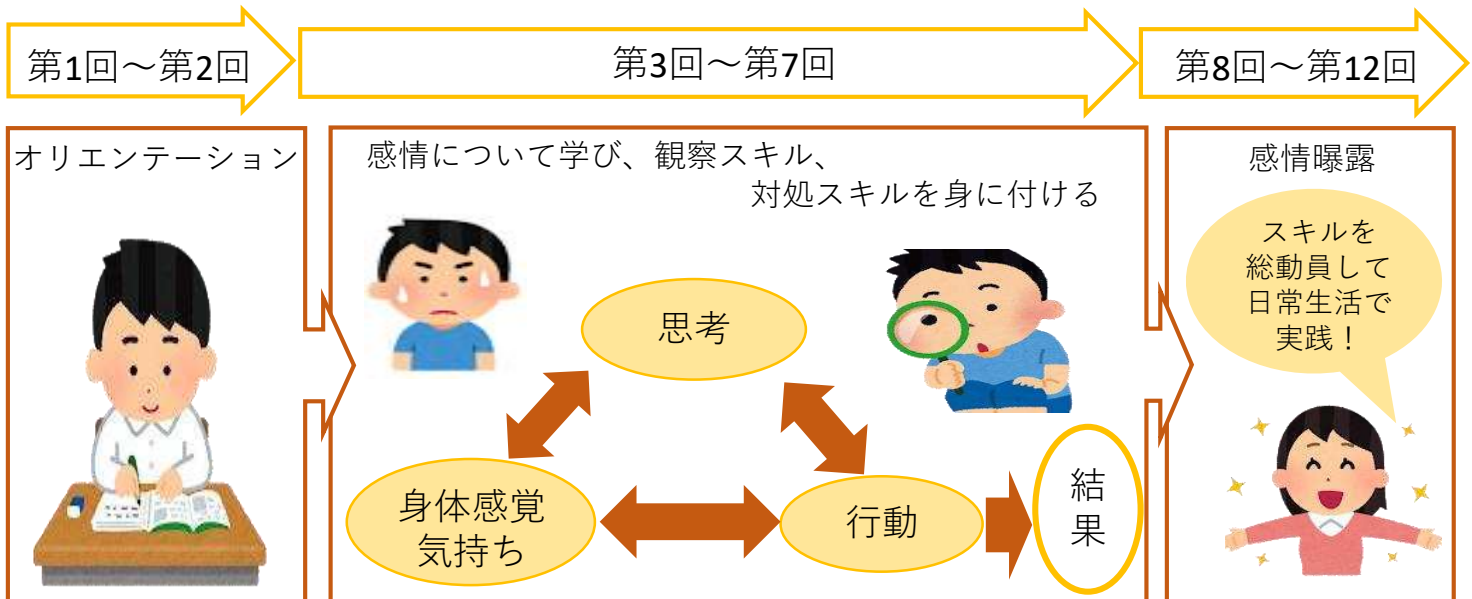
## プログラム導入の流れ



- ・ デイケアの枠組みでプログラムを実施しています。
- ・ 自立支援医療（精神通院医療）および各種健康保険が利用出来ます。
- ・ 初回参加日と終了日に心理検査を実施します。

ユーピージー

## UP-Gで行うこと



こころホスピタル草津  
デイケアセンター（リワーク）

TEL: 082-276-2311

〒733-0864 広島市西区草津梅が台10-1

アクセス

- JR 山陽本線「新井口駅」下車、徒歩2分
- 広電「商工センター入口駅」下車、徒歩2分

