



# HIMARRP (ひまーぷ) のご案内

当センターでは、アルコールや薬物依存の再使用を予防するために、ご本人を対象に「HIMARRP」を実施しています。  
あなたの参加を心よりお待ちしております。

## HIMARRPとは？

- ・旧せりがや病院で開発されたSMARPP（スマープ）を基に、広島県が作成した再使用防止プログラムです。
- ・学んだことを日常生活の中で実践に移していくことで、健やかで充実した人生を送ることを目指します。

## 内容は？

- ・ワークブックを用いて、依存している物質がなぜ危険なのか、再使用の「引き金（きっかけになる状況）」はなにか、どのようにして危険な状況を避けるかなどを過去の経験を振り返りながら学びます。

## どんな人が対象になる？

- ・アルコール・薬物をやめたいと願う方。
- ・当センターでの事前面接の結果、本プログラムを受けることが適切と認められた方。

## どうやって実施する？費用は？

- ・原則個別で実施しています。費用はかかりません（ワークブックはこちらでお渡しします）。



どうしようか迷っているときは、まずはお気軽にご相談ください。

あなたのその一歩をここからお待ちしております。

**☎087-804-5565**