2025年8月から始めます！！

お子さんのインターネット等（スマホ・ゲーム含む）の使用が気になるご家族様へ

INAP

アイナップ

InterNet Addiction Program

児童・思春期（10～18歳）向け
インターネット等 依存予防・回復プログラム

全7回コース

- ☑ スマホがないと不安を感じていませんか？
- ☑ 家族や友人よりスマホを優先していませんか？
- ☑ 使用時間を制限するのに苦労していませんか？

- 児童の健全なインターネット利用習慣の確立を目指します
- 全ての回への参加がより効果的ですが途中からでも参加できます

【費用について】

- 保険診療扱いになります（目安：0～2,000円／1回）
- 「こども医療受給資格証」のご提示で中学生までは自己負担はありません
- 昼食付き（費用は別に発生しません）

回 数	日にち	テーマ
第1回	8月2日(土)	ネット・ゲームのみりょく
第2回	8月9日(土)	身近なトラブルを防ごう
第3回	8月23日(土)	ありがとうシート
第4回	8月30日(土)	ネット・ゲームの良い所、良くない所
第5回	9月6日(土)	上手な使い方を考えよう
第6回	9月20日(土)	ふりかえりシート
第7回	10月4日(土)	ふりかえりワーク

※ 時間はすべて「10:00 - 13:00」

医）全隆会 **指宿竹元病院**（担当：地域連携部）

☎ **0993-23-2311**（10:00～17:00 / 日祝除く）

✉ **shinri@ibutake.com**

ZENRYUKAI