



食べ過ぎる習慣が止められない？

こんな症状が週に1回以上、3カ月続いていませんか？

もしそうなら、むちゃ食い(過食性)障害かもしれません

- 普通よりもずっと早く食べる
- お腹がいっぱいで気持ちが悪くなるまで食べる
- 生理的な空腹を感じていないときに、大量に食べる
- たくさん食べることを知られるのが恥ずかしくて一人でこっそり食べる
- 食べた後、自分が嫌になったり、落ち込んだり、強い罪悪感を抱いたりする

「むちゃ食い(過食性)障害改善プログラム」に関するお問い合わせ



同志社大学心理臨床センター
上京区新町今出川徳大寺町345 継志館1階
☎075(251)3282
受付時間は、平日11～18時半

お申込期間2014年6～7月

むちゃ食い障害改善プログラム

～食べ過ぎる習慣が止められない方に～

- 普通よりもずっと早く食べる
- お腹がいっぱいで気持ちが悪くなるまで食べる
- 生理的な空腹を感じていないときに、大量に食べる
- たくさん食べることを知られるのが恥ずかしくて一人でこっそり食べる
- 食べた後、自分が嫌になったり、落ち込んだり、強い罪悪感を抱いたりする

同志社大学心理臨床センターでは、2013年より「むちゃ食い障害改善プログラム」を実施しています。上記のような症状でお困りの方のなかには、むちゃ食い（過食性）障害に該当することがあります。そういった方に認知行動療法が役立つかもしれません。

実施日時

実施日：月曜・木曜11時～19時
回数：全12回、月に2回以上

料金

5,000円（資料代として）

プログラムに参加するまでのながれ

- ①まずはお電話を。**
「むちゃ食い障害改善プログラムに参加希望」とお伝えください。
電話にて受付担当者が、あなたのお名前や連絡先、初回面接にお越し頂ける日時などを伺います。
- ②初回面接のご予約日が決まります。**
7～10日後、当センターよりあなたにお電話をかけます。そのときに初回面接の日時をご提案します。
- ③初回面接にお越しください。**
当センターまでお越しください。面接にてお困りごとを詳しく伺います。センター滞在時間は60～90分をご予定ください。
- ④プログラムへの参加の可否が決まります。**
初回面接の1～3週間後、当センターよりあなたに電話をします。そのときにあなたがプログラムへご参加いただけるかをお伝えします（参加基準に当てはまらない場合、プログラムへのご参加をお断わりさせていただく場合がございます）。
- ⑤プログラムがスタートします！！**

お申込期間2014年6～7月