

精神科デイケア・ショートケアとは

精神疾患によって生活のしづらさを抱えている方が、プログラムや他のデイケアメンバーとの交流を通して、その人らしい生活を目指すための、精神科におけるリハビリテーションです。

ここに通うメンバーは、「病気の再発を防ぎたい」「人付き合いが上手になりたい」「就労のために準備したい」「仲間が欲しい」「今の生活を何とかしたいけど、何から始めれば良いかわからない」など、抱える悩みや不安は様々です。

デイケアでは次のようなことに取り組んでいます

- 病気や薬との付き合い方を身につける
- 生活リズムを整え、体力をつける
- コミュニケーションの練習をする
- 集中力の改善を図る
- 自分らしい生活や人生をデザインできるようになる

活動曜日・時間

デイケア	AM ショートケア
月曜日～金曜日	月曜日～金曜日
9:20～15:20	9:20～12:20
※昼食あり(無料)	※昼食なし

※入室・受付時間 9:00～9:20

活動内容

＜プログラムの一例＞

- 【認知機能トレーニング】スクラッチアート、計算・脳トレ問題、ナンプレ
 - 【創作】編み物、ペーパークラフト、大人の塗り絵、折り紙
 - 【リフレッシュ】ヨガ、卓球、ニチレクボール、散歩、カラオケ
 - 【体力向上】エアロビクス、風船バレー、ウォーキング
 - 【クッキング】得意な人も苦手な人も協力して調理します
 - 【茶話会・トークサロン】雑談やテーマに沿った話をします
 - 【ゲーム選択活動】トランプ、オセロ、将棋、立体四目並べ、wii、人狼
 - 【院外活動】皆で行き先を話し合っ外出します
 - 【面談タイム】デイケアスタッフに個別で相談することができます
 - 【講座系プログラム】病気、薬、就労、コミュニケーション、身体の健康、ストレス対処法、便利な福祉の制度などについてスタッフが講義します
- ※その他、WRAP、SST、スタッフとの個人面談による支援、ご家族との面談なども実施しています。

1日の流れ

9:20	来所・ミーティング・テーマトーク
9:50	AM プログラム活動（途中休憩あり）
12:20	昼食・休憩
13:30	PM プログラム活動（途中休憩あり）
15:10	掃除・振り返り・ミーティング
15:20	退所

スタッフ

看護師 1 名、精神保健福祉士 1 名、医師 1 名(外来兼任)

参加費用

ショートケア・デイケアは「診療」の一環で、診察や薬と同様に費用がかかります。

参加料は各種健康保険や生活保護が適用されます。自立支援医療制度を利用すると原則 1 割負担となります。申請の手続き等に関する問い合わせは受付窓口、デイケアスタッフまでご相談下さい。

参加申し込み

参加を希望される場合は、主治医の指示が必要です。診察時に主治医の先生とよく相談し、一度見学にいらして下さい。見学や体験利用をご希望の場合は、電話でお問い合わせいただくか、受付窓口にてお申し出下さい。

申込み受付・相談 月～金曜日 15:30～16:30

令和元年 12 月



〒985-0873

多賀城市中央3丁目10-5 Oggeビル2F

TEL: (022) 352-1580 (代)

FAX: (022) 352-1581