

BESTYとは…BEST(最も良い)とBETTER(より良い)の間。最高でなくて良いけれど、それに近いものを目指していきたい…という思いから生まれた言葉です。

梅雨の季節がやってきました。横浜公園の植物もチューリップから移り変わってきました。つつい鬱々としやすい季節ですが植物たちには恵みの雨ですね。デイケアでは外出プログラムも多いので、横浜の季節の変化を感じることができます。雨にも負けずデイケアは今月も元気に開所しています。それでは、最近のデイケアの様子をご紹介します。

【移転1周年記念パーティー】

5月で関内クリニックは現在の場所に移転して1年が過ぎました。移転1周年を記念して5/1に「移転1周年記念パーティー」を開催しました。リッツとポップコーンとジュースでお祝いしました。リッツはフォトジュニックな出来映えて、味もバッチリ♪楽しい時間を過ごしました。これからもう一緒に楽しいデイケアを作っていきましょう！



参加者求む！！

体育館スポーツ

6/29(金)

ソフトバレーボール

一緒に汗を流しましょう



【屋外スポーツ】

4月5月とスポーツ好きなメンバーが集まって根岸森林公園で体を動かしています。キャッチボールや三角ベース、ジョギング、時には日向ぼっこや四つ葉探しをしたり(笑)あなたも広大な自然の中で体を動かしてみませんか？大人になってから思い切り体を動かす機会は少ないと思いますが、参加メンバーからは「久しぶりに体を動かして楽しかった」「すっきりした」などの声が寄せられています。次回は6/15実施予定ですので、ぜひお待ちしております。

【ピブリオバトル】

5/14に第7回ピブリオバトルを開催しました。今回はこれまで最多9冊の本を紹介していただきました。今回のチャンプ本はTさんご紹介の「ざんねんないきもの辞典」です。イラスト付きで読みやすく面白い本ですので、ぜひみなさん読んでみて下さい。



【アニマルセラピー】

5/19にアニマルセラピーを行いました。アニマルセラピーこころサポート協会のみなさんにご協力頂き、3匹のかわいいわんちゃんがデイケアに来てくれました。一緒に遊んだり、写真を撮ったり、気持ちよくなったのか寝てしまうわんちゃんもいました。可愛らしい様子に参加メンバー一同癒されました。次回の開催は未定ですが、詳細が決まり次第プログラムに掲載しますのでご確認ください。



6月のオススメ



デイケアにて「精神科医療機関とハローワークによる就労支援モデル事業」を実施しています。就労に必要な知識や病気の理解、働くために必要なコミュニケーションに関するプログラム等を行っています。6月は8日と22日に開催予定です。7月からはハローワークの専門援助部門の職員によるプログラムも予定しています。働きたいけど自信のない方や今後就労を目指す方、ぜひ1度就労支援プログラムに参加してみませんか？

※詳細は予定表をご覧ください

【うつ病リワークプログラム】

当院では、うつ病の治療だけでなくリワークプログラムを実施しています。リワークプログラムは、うつ病で休職中または再就職を目指す方の復職と再休職防止を目的としています。他院通院中の方も受け入れ可能ですので、ご相談下さい。

離職コース

うつ病の離職者向け再就職支援プログラムです。認知行動療法・グループワークを中心としたプログラムを行い、再就職を目指します。

対象：うつ病
(病名については応相談)
週3日以上
期間：最長1年間
人数：15名前後
費用：自立支援医療利用の場合
1回800円程度

※復職まで時間のない方の受け入れも可能となりました。また、復職者コース希望の方で参加まで間がある方も離職者コースに参加が可能です。

復職コース

うつ病の休職者向け復職支援プログラムです。認知行動療法を中心とした2ヶ月1クールの短期集中プログラムを行い、復職を目指します。

対象：うつ病
通所日：火曜日～土曜日のうち週4～5日
人数：10名前後のグループ制
費用：自立支援医療利用の場合
1回800円程度

現在8月コースの参加者を募集中です。

※プログラム説明・申し込み案内は随時受け付けておりますので、まずはお電話下さい。