

## ご利用までの流れ

1)見学	主治医にご相談の上、まずは見学にお越しください。
2)申し込み	利用の希望を、主治医にお伝えください。
3)担当スタッフと面接	生活状況などについてお話を伺い、参加日等についてご相談させていただきます。
4)利用開始	プログラムにご参加ください。



手作りした革細工やキャンドル



菜園

## 費用

各種健康保険、自立支援医療制度が利用できます。

## 利用期間

2年

## スタッフ

医師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士、臨床心理士が担当します。

## 交通案内



### ■車でのご来院

【横浜横須賀道路】「別所」インター下車  
出口交差点を右折、芹が谷中学校入口の交差点を右折後、約700m

### ■電車・バスでのご来院

【京浜急行・市営地下鉄】「上大岡駅」下車  
(11番バス乗り場) 芹が谷方面バスにて15分  
「芹が谷」下車、徒歩8分

【JR】「戸塚駅」下車  
「東口」より井土ヶ谷経由横浜駅東口行きバスにて25分  
「六ツ川四丁目」下車、徒歩5分

【JR】「東戸塚駅」下車  
「東口」より井土ヶ谷下町行き又は横浜パークタウン行きバスにて10分  
「六ツ川四丁目」下車、徒歩5分  
又は芹が谷経由上大岡駅行きバスにて15分  
「芹が谷」下車、徒歩8分

【京浜急行】「弘明寺駅」下車  
「弘明寺口」より戸塚駅東口行き又は東戸塚駅東口行きバスにて10分  
「六ツ川四丁目」下車、徒歩5分

# デイケア・ ショートケアの ご案内



ほっとできて 楽しくて 役に立つデイケア  
他院に通院中の方も  
当センターデイケアをご利用いただけます

※他院に通院されている方は、担当の先生にご相談の上、当院へご連絡ください。

※神奈川県公共施設における受動喫煙防止条例により、病院の敷地内は全面禁煙となっております。



地方独立行政法人神奈川県立病院機構  
神奈川県立精神医療センター

〒233-0006 横浜市港南区芹が谷2-5-1  
TEL 045-822-0241(代) FAX 045-822-0242  
<http://seishin.kanagawa-pho.jp/>

## 当院のデイケア・ショートケア

精神疾患のために生活のしづらさを抱えている方が、その方らしい地域での生活を実現していくためのリハビリテーションの1つです。一人一人の回復過程に合った目標を担当スタッフと共有し、同じ立場の方々と一緒に様々な活動（プログラム）を行なっていきます。



療法棟(体育館)



面接室

## 対象となる方

- 病気の再発を予防したい方
  - 生活リズムを整えたい方
  - 人づきあいが上手になりたい方
  - 悩みを話し合える場所や仲間を求めている方
  - 就労・就学のための準備をしたい方
  - 将来について悩んでいる方
- など

## 活動日程

活動日 月曜日～金曜日

時間 デイケア 午前9時～午後3時30分  
 ショートケア 午前9時～12時  
 午後12時30分～3時30分

## 活動内容

### ●プログラム

グループで活動します。デイケアスタッフだけでなく、書道・華道などの外部講師に指導を受けながら行う活動もあります。

### 週間プログラムの一例

	月	火	水	木	金
午前	書道/華道 /のんびり ストレッチ	せりがや 菜園・工房	フィットネス	音あそび	スポーツ
午前		個別活動	絵画	WRAP /メタ認知	個別活動
		認知行動療法	手工芸		
午後	レクスポ	ものづくり	個別活動	パソコン	サークル 活動
午後	個別活動	SST	ねくすと ドリーム/ NEAR-K	健康習慣 プログラム	NEAR-K

### ●個別面談

デイケアパスを活用し、担当スタッフと具体的な目標を共有していきます。悩みや不安などのご相談をお受けしています。

### ●家族面談

ご本人をどのようにサポートしていくかなど、ご家族からのご相談に応じています。

## プログラム紹介

### SST (社会生活スキルトレーニング)

コミュニケーション能力(社会生活スキル)を身につけるために、実際の場面を想定して練習(ロールプレイ)します。

### NEAR-K

認知機能改善を目的にメンバー・スタッフとも固定の少人数グループで、パソコン課題とミーティングを行います。週2回のセッションを3か月間継続します。

### ねくすとドリーム

就労を目指すために必要な、体調管理の仕方や社会人としてのマナーを学びます。

### WRAP (元気回復行動プラン)

皆でディスカッションしながら、自分が元気である方法や不調時の対処を考えていきます。

### 個別活動

人との交流は少なめに、希望する活動に自分のペースで取り組むことができます。

### スポーツ・レクスポ・フィットネス

思い切り体を動かしたい・気軽に楽しみたいなど、目的に合った運動プログラムを選択できます。主に体育館で行います。



豊富なプログラムと充実した設備、専門スタッフがあなたのリハビリを応援します!