

## ◆入院までの流れ◆

- 1) 電話相談 電話にてお問い合わせ下さい。  
ご状況をお伺いします。  
TEL : 0493-56-3191  
(内線 140)  
受付 : 地域医療連携室  
時間 : 9 : 00 ~ 16 : 00  
曜日 : 月 ~ 土
- 2) 見学 ご希望に応じてスタッフがユニット内や環境などご案内致します。  
また、わからないことなどありましたらご遠慮なく相談ください。
- 3) 診察 当日は医師による診察を行い、ストレスケアユニットへの入院適応となるか検討させていただきます。  
診察では病棟看護師が同席させていただきます。何かご不明な点やわからないことなどがありましたらご相談ください。
- 4) 入院 専門的ケアを提供するための環境を整えています。治療に専念できる療養環境の中で専属の看護師が相談や生活のサポートをさせていただきます。ベッドの空き具合や必要に応じて個室等のご案内をいたしますが、差額ベッド代が発生します。  
詳しくはスタッフまでご相談ください。

## ◆交通のご案内◆



- お車でお越しの場合 -  
関越自動車道「嵐山小川IC」より10分。  
「東松山IC」より15分  
圏央道「川島IC」より国道254号線東松山方面へ約25分
- 電車でお越しの場合 -  
東武東上線「森林公園駅」北口より無料送迎バスをご利用下さい。

## ストレスケア ユニットのご案内



医療法人 昭友会   
埼玉森林病院  
〒355-0807  
埼玉県比企郡滑川町和泉 704 番地  
TEL : 0493-56-3191  
FAX : 0493-56-4831  
<https://www.kokoro.or.jp/saitama/>

※ 当院は全面禁煙となっております。  
ご理解のほど宜しくお願いいたします。

## ◆ストレスケアユニット◆

日ごろの環境から離れ、心身の休息や治療に集中できるような環境づくりを心掛けております。周辺は里山に囲まれ、春夏秋冬違った景色が楽しめます。自然あふれる環境となっています。



## ◆ストレスケアの目的◆

日常のストレスによって引き起こされる心身の変化に対し、専門的ケアを集中的に提供し早期に社会復帰できるよう支援します。ストレス対処行動とその方法や、認知行動療法を軸とした思考や行動へのアプローチ、また思考の歪みをリセットさせる集中力の強化、運動機器を使用したパワーリハビリ等を展開し体力の回復と強化を図ります。

対象は短期の休息が必要な方・人間関係で悩んでいる方・自宅ではゆっくり休めない方・生活リズムや体調を整えたい方・ストレスとの付き合い方について考えたい方・復職を目指している方・ストレスが原因で心身共に疲労状態である方など、専門的ケアを持って支援します。

## ◆ユニット内環境◆

ユニットでは多床室・個室を完備しています。



4床室は適度なプライバシーを保ちつつ同室者とコミュニケーションが取りやすく不安や喜びの共有、入院生活に関する情報交換やお互いの助け合いの場としても孤独感を感じさせない環境となっています。

個室はプライベートに十分配慮し自分の時間を有意義に使える環境となっています。ご自身のスタイルに合った病室を選択することができます。



自動販売機を設置しています



図書コーナーがあります



インターネットが利用できます



談話コーナーを設置しています

## ◆日中のプログラム◆

**【社会復帰に必要な心身の活力を取り戻す】  
ことを目的に実施致します。**

### ★心理教育★

病気について学び、前向きな気持ちになれるよう行います。

### ★認知行動療法★

自然に湧き上がる不快な思考（自動思考）を柔軟にし、ストレスに強い考え方を身に付けられるよう行います。

### ★SST（社会生活技能訓練）★

社会生活上、必要な技能（対人交流）を習得することを目的とします。

### ★作業療法★

複数の患者さんが集まり、体操やパワーリハビリ、茶話会などを行います。

### ★運動★

散歩、軽スポーツなどを行い持久力を身につけ体力・気力の強化を目的とします。

### ★リラクゼーションプログラム★

リラックスを目的にヨガやアロママッサージなどを行います。

### ★創作活動★

集中力を高め注意力散漫を回避することを目的とした活動です。また上手くいかないことに対する対処方法を身につけることを目的とします。