

ハーモニー

ハーモニーでは、4社様から頂いた作業を行いながら、利用者様との面談を作業の合間に実施しています。お話を聞きながら、利用者様のモチベーションの高まりを実感しています。

4月から始まった施設外就労は、就労先企業(榊松屋フーズ様)のご協力のもと、週3回、各日3~4名の利用者様が参加しています。実際に企業に赴き、一般就労と同じ環境で作業を行うことで、利用者様の一般就労に対するモチベーションは高まりつつあります。

~ここで施設外就労に参加している利用者様のご意見を紹介します。~

「やりがいがあります。工賃的にも充実していると思うし、職員が同行していることが、安心感につながっていると感じています。」

「働いただけの見返りがあるので、大変な作業も働く喜びに変わります。はじめのうちは不安感が強かったのですが、今は大丈夫です。何人かで一緒に作業することも良いと思います。一般就労を考えているので、弱音を吐かずに頑張りたいと思います。」



階段清掃



食堂床清掃

森林公園メンタルクリニックだより

発行
医療法人 昭友会
森林公園メンタルクリニック

〒355-0811
埼玉県比企郡滑川町大字羽尾 495 番地
TEL 0493-56-4775/FAX 0493-56-4817
昭友会ホームページ

<http://www.kokoro.or.jp>

節電へのご協力について

東日本大震災の影響を受け、夏に向けて電力の需給バランスは悪化すると見込まれております。これらの危機的な状況を乗り越えるためには、私たち1人1人が節電に対する取り組みを行う必要があります。森林公園メンタルクリニック、ハーモニー及び森の家も出来る限りの節電に協力するよう努めていきます。つきましては、利用者様におかれましては大変ご不便をおかけする場合がございますが、ご理解ご協力の程お願いいたします。

家族会

6月25日(土)第4回家族会を開催し、13名のご家族が参加されました。第一部は森林公園メンタルクリニック 橋詰統括マネージャーによる「近年における精神科医療の歴史と地域精神保健医療~当クリニックにおける各部門の活動を通して」と題した講演が行われ、ご家族からは昔に比べ、今は人権に配慮された中での治療が行われていることに感銘を受けた、といった感想がありました。第二部は、「病気と生活に関する事」「就労と生活に関する事」といったテーマ別に部屋を移した座談会が行われ、活発な意見交換がなされました。同じような悩みを持つご家族の話や、その他就労に向けての意見や経験を聞くが出来て有意義だったという感想も頂きました。今後も、この家族会の内容をより充実させることで、より多くのご家族が参加できる、より活発な意見交換が行える場として提供できるよう、スタッフ一同取り組んで参ります。



講演会



座談会

家族会アンケート結果

- 本日の家族会はいかがでしたか。
良かった:13 普通:0 不満:0 未回答:0
- 講演会「近年における精神科医療の歴史と地域精神保健医療~当クリニックにおける各部門の活動を通して」はいかがでしたか。
良かった:9 普通:1 不満:1 未回答:2
- 座談会はいかがでしたか。
良かった:9 普通:2 不満:0 未回答:2

会場には、デイケアプログラムで作成したフラワーアレンジメントが飾られ、同じくプログラムで作ったクッキーを試食しました。



診察室から

5月より、新しく古橋医師が勤務しています。担当は月曜日です。尚、医師の勤務表については、ホームページをご参照ください。
<<http://www.kokoro.or.jp/shinrin/025ishi/>>

会計後、薬をお渡しします。

診察終了後、会計と同時に薬をお渡ししておりましたが、7月1日より先に会計を行い、その後薬の準備ができ次第お渡しする方法を取らせて頂いております。

受付簿を廃止しました。

外来診察でご来院の際、受付簿へのご記入をお願いしておりましたが、個人情報保護の観点から7月1日より受付簿を廃止させて頂きました。受付の際、以前と同様、番号札をお渡ししますので忘れずにお受け取りください。



森の家

8月に納涼会を計画しており、入居様が主体となって現在準備を進めています。



草取り風景

森の家では、5月より毎週土曜日、夕方4時から、入居者の皆さんで花壇や森の家まわりの草取りを行っています。暑い時は大変ですが、入居者の皆さん一人ひとりが、率先して行っています。



◇お問合せ電話番号
0493-56-4775
(森林公園メンタルクリニック宛)

医療法人昭友会送迎バス 月・水・土運行 祝祭日運休
運賃:無料 定員:24名

編集後記

振り返ると雨に打たれた紫陽花が輝いていました。訪問看護で出会った患者様やご家族の顔が浮かんできました。私の宝物です。(T.I)



発着所	1便	2便	3便
埼玉森林病院	9:15	13:00	15:00
いづみケアセンター	9:20	13:05	15:05
ベイシア・カインズ	9:30	-	-
森林公園メンタルクリニック	9:35	13:15	15:15
森林公園駅北口	9:40	13:30	15:30
ベイシア・カインズ	-	13:40	-
いづみケアセンター	9:55	13:50	15:45
埼玉森林病院	10:00	13:52	15:50

カウンセリング室から

「認知行動療法教室」のご案内



皆様は認知行動療法という治療法をご存知でしょうか？現在行われている心理療法の中でもっとも広く行われ、且つ有効であると言われているのが認知行動療法です。どういう治療法かという、自分の「考え方(認知)」の「クセ(パターン)」を知り、その考え方のクセを相談者と治療者が一緒により楽な考え方に変えていこうと取り組むというものです。知らず知らずのうちに自分を追い詰めたり、自己否定して落ち込んだり、他人に期待し過ぎるためにイライラする感情にとらわれてしまったり、人は自分では気づかないうちにその人独自の認知のパターンを持っていて、その結果様々な感情に陥り易いものです。そして、その感情の積み重ねにより心の病気になっていくことも多いのです。認知行動療法は当初はうつ病の方に対する治療法としてすすめられましたが、今では不安障害、統合失調症、強迫性障害、人格障害など様々な心の病気の治療法として効果があると言われています。

当クリニックの「認知行動療法教室」は少人数での小集団で行い、参加された方が一緒に考え、意見交換することで他の人も同じようなことで悩んでいると知ったり、自分の意見が人の役に立てることを実感できるというメリットがあります。前回の「認知行動療法教室」(H22. 9月～H23. 5月 計8回)は6名からスタートし、和やかな雰囲気のまま回数を重ね、とても充実した時間を共有できたと思っています。今回、新たに第二弾として、参加者を募集しますので興味ある方は是非ご参加ください。不明な点はお気軽に榊島までお声かけください。第二弾を始めるに際して前回出席された方の中から2名の方に感想を書いていただきましたのでご紹介します。

臨床心理士 榊島伸子

仕事の人間関係で悩んでいた私でしたが、認知行動療法に参加して少しずつ自分の仕事(人間関係)に対しての考え方が変わりました。「～しなければいけない」と自分や周りに厳しかったのですが、「～しなくてもいいか」と考えが和らぎ、自分・相手に対しても優しくなれた気がします。まわりを変えるのは難しいですが、自分の考えを少し変えるだけでこんなにも気持ちに余裕ができるんだと実感し、今では仕事をしなくて前向きな気持ちでいっぱいです！！認知行動療法に参加して本当に良かったです！同じ悩みを持つ方とも話しができますし、今では会った時お互い楽しく語り合っています。関係スタッフの皆様有り難うございました。(N. Aさん)

今までの自分はとてもストレスのかかる考え方をしていたのがわかりました。今回、認知行動療法教室に参加し、考え方を考えるだけですごラクというか、こんなに生きやすくなるんだなあとわかって良かったです。自分と同じ考え方を持った人達と意見を交換できて、とても貴重な体験ができました。(Nさん)



アンケート

5月にアンケート調査を実施いたしました。ご協力いただいた利用者の皆様ありがとうございました。

5月にアンケート調査を実施致しました。外来利用者 585名、デイケア利用者 44名、訪問看護利用者 34名、ハーモニー利用者 24名と今回も多数の利用者様にご協力を頂きました。励ましのお言葉、改善に向けたご指摘等、一つ一つ貴重なご意見として受け止め改善に向けて取り組んで参ります。昨年実施したアンケートをもとにこの1年間いくつかの改善に取り組んで参りました。なかでも座り心地が悪いとのご意見がありました待合室の椅子については、本年6月末に入替えを行いました。今回、特に多くご指摘を頂いたのは待ち時間に関する事です。過去のアンケートでもご指摘いただいておりますが改善に向けて取り組んでいるところです。



訪問看護

作業所利用で生活リズムがついてきた退院後1年半の利用者様をご紹介します。



～訪問看護実施内容～

- 日常生活、服薬、就労の各指導
 - 対人関係や社会資源の活用
 - 主治医の指示に基づいた支援
- 1人で悩まず困った事があればご相談ください。

訪問看護スタッフ一同

◇お問合せ電話番号◇

090-5515-6010

担当者 中島、大村

訪問日

日曜 祝日 年末年始を除く毎日

訪問時間 8:30～16:30

この利用者様は、退院後、家庭で家事を行ったり、週末には父親と一緒に散歩するといった生活を送っていました。就労につながるような活動をしたいという本人の意欲やご家族の希望があり日中活動の場として作業所への通所を開始しました。利用開始前はとても不安だったようですが、通所後は自分でいろいろな作業が出来る自信を持てるようになりました。日常生活では父親との約束を守りお互い信頼関係を保っています。朝起きるのが苦手でしたが今では、作業所の日には7時前に起きて弁当を作り持参するようになりました。継続していきたいという本人の意志と父親から励まされ、見守られながら、週1回の利用から、徐々に回数を増やし、現在は週4回通所しています。工賃が貯まるのが楽しみになり、父親に何か返したい気持ちが芽生えてきました。作業所での人間関係で細かい事が気になってどうすべきか分からなくなることもありますが、訪問した際はスタッフとゆっくり話しながらストレスにならないようにしています。訪問看護が入る事で家族との関係についても、お互いの気持ちに余裕が出てきています。

デイケア

プログラム紹介

革細工

5月新プログラムスタート！！

夏祭り開催のご案内

毎年恒例の夏祭りを8/25(木)10:00～

デイケアルームで開催します！！今年は新たな試みとして、「B級グルメ大会」を企画しました。

その他、サークル発表会(ファッションショー、各種ゲーム大会、似顔絵他)やビンゴ大会を予定しています。皆様のご参加をお待ちしております♪♪



最初は、革ひもを使ったストラップやブレスレット作りから始めました。



ストラップ ブレスレット



ブレスレット



皮を型取り、模様を彫りこんで、染色していく、コースター作りも始めています。イニシャルを彫りこんだり、模様を組み合わせて自分だけの作品作りを楽しんでいます。

徐々に、複雑な編み方もできるようになり、革ひもを編みこんだキーホルダーやウォレットロープを作成する方もできました。



ピンク:キーホルダーとして使えます。

茶色:バックや靴に付けます。



ウォレットロープとブレスレットの着用例

デイケアを利用するには・・・

まずはお気軽にスタッフへご相談ください。デイケアの見学、体験利用をしていただき正式利用となります。(見学・体験は要予約)
他院へ通院中の方でも、通院先を変更せずに当デイケアをご利用いただけます。

◇活動日・活動時間◇

月曜日～土曜日(祝日、年末年始を除く) 9:30～15:30

◇お問合せ電話番号◇

0493-57-2228 (デイケア直通)