

8月3日に夏祭りを行いました。入居者様と内容話し合い、夕食は「そうめん、焼きなす、焼き鳥、すいか」と夏らしい献立にしました。夕食後はビーチボールをすいかに見立ててすいか割りを行い、心地よい夜風を感じながら花火を楽しみました。入居者様からは「すいかが美味しかった」「花火をして夏を満喫できました」と感想をいただきました。これからも入居者様と一緒に季節を感じられる楽しいイベントを企画してまいります。



<9月に入居された利用者様より> S・S様

埼玉森林病院を退院後、森の家に入居して1か月が過ぎました。学ぶことが色々あり、慣れないこともあります。入居されている皆さんから教えてもらい、早く自立出来るようになりたいです。入居されている皆さんはとても優しい方が多いです。この先も入居生活が続きますが、皆さんとコミュニケーションをとりながら頑張っていきますのでよろしくお願い致します。

<世話人紹介> 世話人 M

この仕事に勤務して3年が経ちました。自分の知人、友人を失ったときも、もっと近くで寄り添ってあげられなかったのか？との思いがありました。入居者様へ何が必要なのかを考えながら支援させて頂いております。今では、ご本人もそうですがご家族支援が大切だと感じております。微力ながら頑張っています。



医療法人昭友会送迎バス(月・水・土)

※祝日、年末年始も運行いたします



| 発着所 | 1便 |
|----------------|-------|
| 埼玉森林病院(本館) | 9:15 |
| 埼玉森林病院(新館) | 9:17 |
| いづみケアセンター | 9:20 |
| ベシア・カインズ | 9:30 |
| 森林公園駅北口(ローター内) | 9:40 |
| 森林公園メンタルクリニック | 9:42 |
| なめがわ地域福祉支援 C. | 9:45 |
| ベシア・カインズ | - |
| いづみケアセンター | 10:00 |
| 埼玉森林病院(新館) | 10:01 |
| 埼玉森林病院(本館) | 10:02 |

| 発着所 | 2便 | 3便 |
|---------------|-------|-------|
| 埼玉森林病院(本館) | 13:00 | 15:00 |
| 埼玉森林病院(新館) | 13:02 | 15:02 |
| いづみケアセンター | 13:05 | 15:05 |
| ベシア・カインズ | - | - |
| なめがわ地域福祉支援 C. | 13:17 | 15:17 |
| 森林公園メンタルクリニック | 13:20 | 15:20 |
| 森林公園駅北口 | 13:30 | 15:30 |
| ベシア・カインズ | 13:40 | - |
| いづみケアセンター | 13:50 | 15:45 |
| 埼玉森林病院(新館) | 13:51 | 15:46 |
| 埼玉森林病院(本館) | 13:52 | 15:47 |

※1便と2便・3便とでは発着所が異なります。ご利用の際はご注意ください。

<新入職職員紹介>



7月に入職しました精神保健福祉士の堀口晴美と申します。利用者様が夢や希望を持ち、リハビリを実現できるようにお手伝いをしたいと思っています。ちなみに現在の私の夢は、ストリートピアノでさりげなく、なおかつ、かっこよく弾き逃げすることです。今後とも、よろしくお願い致します。

堀口晴美



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
TEL 0493-56-4775/FAX 0493-56-4817

昭友会のホームページ <https://www.kokoro.or.jp>

増改築工事のお知らせ ~増築棟が完成いたしました~

「癒しの森へようこそ」をコンセプトとして今年の1月より増改築工事を実施して参りましたが、工事は順調に進み、9月10日に引き渡しを受けました。引越しの際は、取引先でありますワタキューセイモア株式会社様、東急テックソリューションズ株式会社様や株式会社トーショー様のご協力をいただき、おかげ様で9月17日より増築棟にて診療を開始することが出来ました。

増築棟では、①ゆったりした待合室を確保するために、以前よりも待合スペースを広げ、待合席を増やしたこと(カウンター19席、テーブル16席、ベンチシート18席)、②プライバシーを強化したこと(待合室では視線が気にならないように窓ガラスはプライバシーガラスを採用し、診察室では、各診察室の会話が漏れないように防音機能の向上)、③バリアフリーへの対応を強化したこと(待合スペース、多機能トイレの確保)を特徴としております。

現在は既存棟の改築工事を行っており、今年の12月末にカウンセリング室、相談室、点滴室が完成し、今回の増改築工事がすべて完了予定です。今後も工事に伴い、ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解とご協力のほどお願いいたします。



外来よりお知らせ ~10月2日(水)より水曜日は3診制となります~

医師外来担当表 休診日 日曜・祝日 年末年始(12/29~1/3)



| 診療時間 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 第1・3・5 土曜日 | 第2・4 土曜日 |
|-------------------------------------|------------|-----------|-----------------|-----------|-------------------|-------------------|------------------|
| (受付開始 8:30) | | | | | | | |
| 9:00 ~ 12:00 | 稲見★ 佐々木 | 稲見★ 吉田 | 井上 清水★ 林★ | 稲見★ 小松 | 稲見★ 山田★ 中村★ | 山田★ 清水★ 橋田★ | 田村 清水★ 橋田★ |
| 13:00 ~ 16:30 (受付終了 15:30) | 稲見★ 佐々木 | 稲見★ 吉田 | 井上 清水★ 林★ | 稲見★ 福田 | 稲見★ 山田★ 中村★ | 山田★ 清水★ 橋田★ | 田村 清水★ 橋田★ |

★...大人のADHD 外来も担当する医師です。

カウンセリングってどんなことをするのですか？



カウンセリングとは、主に言葉を用いて、患者さまが抱えてられている困りごとや悩みごとについて対話を通して明らかにしていく支援を指します。原則として、1人の患者さまに1人のカウンセラーが担当します。この過程に、臨床心理学や精神医学といった専門的な知見から、患者さまの役に立つような関わりを目指していくのです。ただし、カウンセリングはカウンセラーが先導するのではなく、一緒に目的地を探し歩いていくことを前提としております。我々カウンセラーが「こうしなさい」「ああしなさい」と指示することは基本的にはなく、むしろ患者様が考えたり決めたりするために「こういう道もあるよ」「こんな考え方もできるかもしれないね」といった方法の提案をします。その上で患者さまの選択を支持し、一緒に目標＝困りごと、悩みごとの解決・解消、より良い人生に向かって歩いていくことがカウンセリングの目的になります。

その際に心理検査を用いる場合があります。心理検査は、患者さまの得意なところと不得意なところを明らかにし、より良く生きるための方法を考えるためのきっかけ作りとして役立てていただければと思っております。例えば学校で、きれいにノートを取るのが得意な人もいれば、教科書をひたすら読み込むタイプの人もいたと思います。職場では、時間をかけて丁寧な仕事をする人もいれば、飛び込み営業で次々と成果を獲得してくる人もいるかもしれません。もし、本当は飛び込み営業が得意な人がそうでない仕事をしていたら、ミスマッチで苦しい状況になってしまっているかもしれません。そうした状況を回避するために、自身の得意なところを再発見し、その後の生活に活かしていただければと考えています。

最後になりますが、これらのカウンセリングや心理検査などは、主治医の指示の下に行われています。それぞれの患者さまにそれぞれの適した方法がありますので、主治医へ相談した上で導入を検討してみてください。当クリニックには複数名のカウンセラーが在籍しております。カウンセラーも、それぞれの患者さまの病状や現状に合わせて主治医の先生方と連携しながら対応させていただいておりますので是非、ご検討ください。

皆さまの心の悩みが少しでも軽くなるよう、一同精進して参りますので、どうぞよろしくお願い致します。

公認心理師 樋口 光樹



< 職員紹介 >



黒川 涼香
臨床心理士

初めまして。心理士の黒川 涼香と申します。森林公園メンタルクリニックでは、毎週月曜日と火曜日を担当しております。

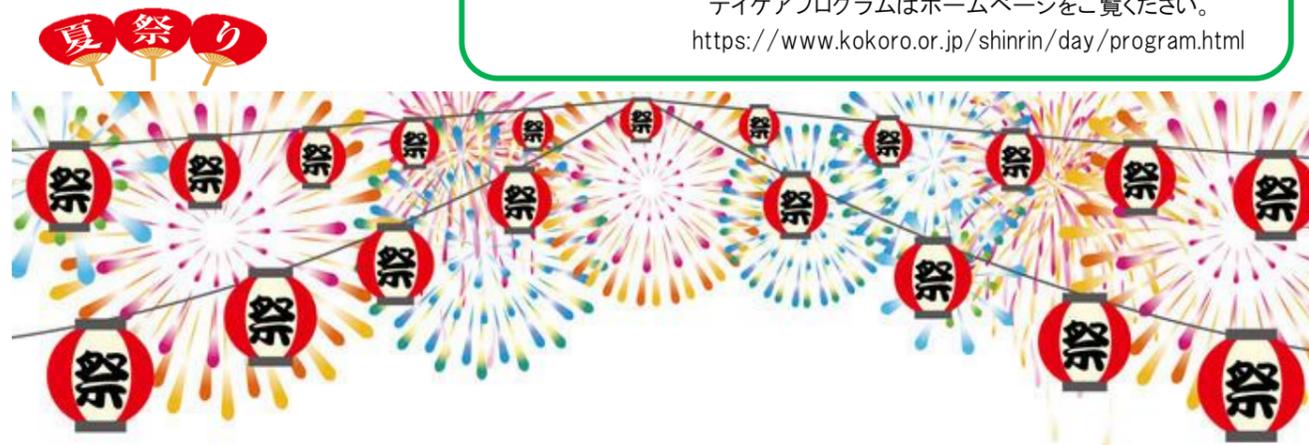
時代や社会の流れは早く、悩みはどんどんと多様化しているように感じます。ストレスを感じることの多い現代では、身体的・精神的ともに健康である人の方が珍しいのかもしれませんが、物事の受け取り方や考え方は、人それぞれです。そのために、ストレスを感じることや、悩みそのものも人それぞれ異なります。ご自身でケアをして、健康的に生活ができることはとても大切なことですが、悩みが頭から離れなくなったり、つらい気持ちが心の中で大きくなってしまったり、感情が自分でコントロールできなくなったり、不安が強くなることもあるかもしれません。そのような状態になってしまうと、本来持っている力が発揮できなくなることがあります。カウンセリングを通じて、一緒に皆さまの悩みや問題を整理して、本来の力を取り戻すお手伝いが出来たらと思っております。



デイケア

◇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）
デイケアプログラムはホームページをご覧ください。
<https://www.kokoro.or.jp/shinrin/day/program.html>



◆令和元年デイケア夏祭りを8月21日(水)に開催いたしました◆

例年は7月に入ると、デイケアフロア内は夏祭りムード一色に包まれますが、今年はなかなか梅雨が明けず、ようやく明けたかと思えば猛暑が続き、お盆を迎える前から天候が不安定になり……。ということで、恒例の提灯飾りのお目見えはゆっくりペースとなりました。

一方、利用者様は、夏祭り実行委員会を中心に話し合いを重ね、製作に取り組み、準備万端で夏祭りの当日を迎えることが出来ました。

夏祭り当日はデイケアの利用者様の他、外来の患者様もご参加され、大変なにぎわいとなりました。フランクフルト・たこやき・きゅうりスティックの各模擬店やカフェでお腹いっぱいになった後は、〇×クイズ、輪投げ、くじ引き、イントロクイズ、ビンゴ大会のイベントを開催し、体も頭も使って大いに盛り上がりました。

利用者様からは、「とても楽しかった」、「頑張ったので疲れました」、「夏の思い出になりました」などの感想をいただきました。早くも来年の夏祭りに期待する声もあがりました。

<お知らせ>

年末に向けてイベントは盛りだくさんとなっております。今後のイベントの予定をお知らせします。

詳細は、各月のプログラム、ブログにて随時アップして参りますのでご覧ください。

10月30日(水) 焼肉パーティー

利用者様が年間を通して楽しみにされているプログラムです。

11月中旬頃 第2回デイケア文化祭

昨年初めての試みでしたが、利用者様の個性や特技がキラキラ輝く作品で溢れていました。

12月中旬頃 デイケアクリスマス会



デイケアにご興味のある方は是非主治医にご相談ください！