グループホーム森の家

◇お問合せ電話番号◇

0493-56-4775(森林公園メンタルクリニック)



昨年 11 月は 2 名の入居者様が誕生月のため「誕生日会」を行いました。そして偶然にも同じ日!ということで、お 2 人のリクエストに応え「ラーメン」を食べに外出しました。「美味しかった」「たまには外食もいいね」など入居者の皆様からも好評でした。普段、森の家では世話人と共に当番制で入居者様分の食事作りを行っております。森の家に入居して初めて食事作りをした方もおり、皆様ひとりひとり自立へ向けて取り組んでおられます。たまには、外食をして一息つくのもいいですよね♪



12月

昨年 12 月 24 日には「クリスマス会」を行いました。クリスマスの飾り付けをして、クリスマスディナー・ケーキの後にはカラオケ大会を行いました。入居者様全員で楽しいひと時を過ごされました。

また、12 月はひと月をかけ入居者様と共に大掃除を行いました。それぞれの居室や、共有スペースであるリビング、廊下など1年の感謝をこめ掃除に励みました。最後にはワックスをかけピカピカ☆となり、気持ちよく新年を迎えることができました。

く世話人から一言>



この仕事に携わり早 3 年目に入りますが、限られた時間の中でグループホームの掃除、食事作り、買い出し等の"お手伝い"と、作業所での"作業"と戸惑いと不安との繰り返しでした。時には、これでいいのか?と思える事に遭遇する場面も多々ありますが、あと一歩、もう一歩、利用者様に寄り添える様、頑張ろうと自分に言い聞かせながら日々奮闘しております。

世話人 上野 千代枝



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



と 原因 八	,, ,,, .
発着所	1 便
埼玉森林病院(外来棟)	9:15
いづみケアセンター	9:20
ベイシア・カインズ	9:30
森林公園駅北口(ロータリー内)	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
ベイシア・カインズ	-
いづみケアセンター	10:00
埼玉森林病院(外来棟)	10:02

/	A加口、千不干和 UETI いたしよう					
	発着所	2 便	3 便			
	埼玉森林病院(外来棟)	13:00	15:00			
	いづみケアセンター	13:05	15:05			
	ベイシア・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			
	ベイシア・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(外来棟)	13:52	15:47			
		l	Ī			

※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。

<編集後記>

あけましておめでとうございます。本年も「森林公園メンタルクリニックだより」共々宜しくお願い致します。 1年掛けて行われた増改築工事も完了し、新たな気持ちでスタート致しました。新しい"モノ""コト"はいくつ になってもワクワクします。2020年オリンピックイヤーはどんな1年になるのでしょう・・・今からワクワクが止 まりません。

これからも、地域に根差した地域のみなさまがほっとできる、癒しの森を目指していきたいと思います。







🔰 出口 洋子

age4 森林公園メンタルクリニックだより No. 42 2020年1月1日 発行

2020年1月 42号 2020年1月1日発行

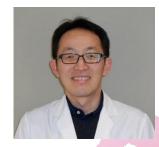


〒355-0811 埼玉県比企郡滑川町大字羽尾 495 TEL 0493-56-4775/FAX 0493-56-4817

森林公園メンタルクリニック

昭友会のホームページ https://www.kokoro.or.jp

新年のご挨拶



明けましておめでとうございます。

昨年は皇太子徳仁親王殿下が天皇陛下に即位され元号が平成から令和に改まるといった大きな節目であった一方で、10 月の台風 21 号による記録的な大雨で河川氾濫が発生するなど大規模な災害に見舞われた年でもありました。当院へ通院されている方々の中にも被災された方がおられます。心よりお見舞い申しあげますとともに、一日

も早いご再建をお祈りいたします。

森林公園メンタルクリニックは、昨年 12 月 24 日に増改築工事が完成しました。工事期間中は騒音や駐車場減少など多大なご不便をおかけして申し訳ありませんでした。以前より少しでも来院中の皆様が過ごしやすい環境となりましたら幸いです。ご協力本当にありがとうございました。「仏作って魂入れず」とならぬように、より地域の皆様の心の悩みが癒されるよう、心のこもった医療を引き続きご提供できるよう、外来診療、デイケア、訪問看護、作業所「ハーモニー」、作業所「シンフォニー」、グループホーム「森の家」スタッフー同決意を新たに誠心誠意励む所存です。

本年も地域の皆様のご支援、ご協力の程どうぞよろしくお願いします。

令和2年1月 院長 稲見浩太



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★ 橘田★	田村 清水 ★ 橘田 ★
	13:00 ~ 16:30 (受付終了 15:30)	稲見★ 佐々木	稲見 <mark>★</mark> 吉田	井上 清水★ 林★	稲見★ 福田	稲見★ 山田★ 中村★	山田★ 清水★ 橘田★	田村 清水 ★ 橘田 ★

★・・・大人の ADHD 外来も担当する医師です。

Page 1 森林公園メンタルクリニックだより No. 42 2020年1月1日 発行

増改築工事完了のご案内

かねてより工事しておりました増改築工事ですが、昨年12月24日に引き渡し式を行い、新しい環境でスタート しました。これもひとえに利用される皆様のご理解やご協力が頂けたことと深く感謝申し上げます。

新しく建てた増築棟では、主に診察、薬の処方と受付や会計を行い、改築した既存棟では公認心理師によるカウンセリングや心理検査を行うカウンセリングルームと様々な相談に対応出来るように相談室を設置しました。 今後も皆様に末永くご利用いただけるようスタッフー同、より一層サービスの向上を目指し取り組んで参りますので、何卒、よろしくお願いいたします。







カウンセリング待合室

増改築工事引渡セサンデルームで

NEW!リワークプログラムが始まります

当院では2月から、デイケアにてリワーク(復職支援)プログラムを実施します。

リワークプログラムとは、うつ病などの治療のために休職されている方を対象とした復職支援を専門に行います。 病状が安定すれば、すぐに復職できると思っている方もおられますが、病状改善と復職は決してイコールではあり ません。リワークプログラムでは、復職して「仕事」ができるレベルまで回復する事を目標とします。復職できるレベ ルになるためには、病気への知識を深め、自分なりの対処法を見つけることが重要となります。再発予防にも役立 つプログラムを揃えております。1月16日(木)15:00~16:00には、メンタルクリニック内で企業者様向けのリワー

ク説明会を開催予定です。ご不明な点、ご興味のある方は是非ご相談ください。

(お問合せ電話番号 0493-56-4775)

【プログラム内容】

リワークプログラムの目的

- ・朝、定刻に参加する事で復職に必要な体力の回復や疲れやすさの改善を目指し、 生活リズムを整えます。
- ・持続力や集中力を高め、作業能力の回復を目指します。
- ・対人関係能力の習得を行い、職場で必要なコミュニケーション能力を身につけます。
- ・疾病教育を通して、自己管理能力や自分にあった再発予防の方法を学びます。

集団認知行動療法 マインドフルネス 心理教育 リブレッシュプログラム オフィスワーク

【プログラム例】 プログラム活動時間 9:00~15:00

月	火	水	水木	
オフィスワーク	スポーツ	リフレッシュ	オフィスワーク	スポーツ
		プログラム		
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
集団認知行動療法	SST	オフィスワーク	心理教育	オフィスワーク
マインドフルネス				

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) 9:00~15:00

◇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



謹んで新春のお慶びを申し上げます。

本年も利用者様と"共に歩み""共に成長する"デイケアとなるよう、尽力して参ります。どうぞよろしくお願い致します デイケアスタッフ一同

昨年11月と12月に実施しましたイベントのご報告をいたします。

11月20日に「デイケア文化祭」を行いました。文化祭に向けて利用者様が共同制作したクリスマスの壁画、個人制作の写真・編み物・折り紙・ぬり絵など様々な作品が出展され、文化の香り漂うイベントになりました。午前中にはレクリエーションで体を動かし、午後はカラオケやトロンボーンの生演奏など利用者様の日頃練習の成果を発表する良い機会になりました。当日はスタッフオリジナルの具沢山豚汁を提供いたしました。







共同制作 『クリスマス壁画」

利用者様の個別作品展示会場

利用者様の個別作品





昨年12月18日に「デイケアクリスマス会」を行いました。文化祭後から本格的な準備を始め、実行委員を中心に各グループに分かれ進めていきました。利用者様が店員になって行った模擬喫茶でクリスマスの雰囲気を味わい、〇×クイズや連想ゲーム、ストラックアウトなどで盛り上がり、楽しい1日を過ごしました。







ホワイトデーイベント

今後の予定



1月6日(月)

デイケア新年会

2月 節分 バレンタインデーイベント



3月 ひな祭り ホワイト

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!

Page 2 森林公園メンタルクリニックだより No. 42 2020年1月1日 発行