

■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)

明けましておめでとうございます。新しい年を迎え、気持ちを新たにスタッフ一同入居者様に寄り添いながら 1 日でも早く自立が出来るように支援して参ります。今年もどうぞよろしくお願いいたします。11 月に入居された方と 10 月に入職いたしました世話人さんを紹介いたします。



A 様

森の家。ここは私が約 10 年間の入院生活を経て、自宅に帰る前のステップ期間として入居したグループホームです。10 年前に妻として母として当たり前のように出ていた家事をここで少しずつ出来るようになりたいと、森の家のスタッフの皆さんに支えられながら日々頑張っています。私は 40 才から統合失調症で入院し現在 50 才です。子供たち 2 人の思春期には、何もしてやる事が出来ませんでした。私の夢はまた家族 4 人で仲良く暮らすことです。これからも自宅へ帰ることを夢見て森の家で頑張っていきたいと思います。



世話人 F

10 月よりグループホーム森の家に入職いたしました。グループホーム森の家は、隣接するクリニック・デイケア、作業所や入院施設のある埼玉森林病院とともにそれぞれの施設の特徴を活かしながら利用者様をお支えし、利用者様が安心、安全に利用できることを何よりも優先し支援しております。私が森の家に入職して約 2 ヶ月が経過して今、思う事は利用者様が抱える問題は様々であっても、入居された時よりも心も体も健康になって卒業していただくために、今より明るく楽しい気持ちで次の生活への第一歩を踏み出していけるようお手伝いをさせていただきたいという事です。中でも私が人生最後の勤務先に選んだ”森の家”で利用者様が夕食作りを一つの楽しみとして日々お過ごしいただけるよう支援して参ります。

医療法人昭友会送迎車両のご案内

発着所	1 便	発着所	2 便	3 便
埼玉森林病院(中央棟)	9:15	埼玉森林病院(中央棟)	13:00	15:00
埼玉森林病院(外来棟)	9:17	埼玉森林病院(外来棟)	13:02	15:02
いづみケアセンター	9:20	いづみケアセンター	13:05	15:05
ベシシア・カインズ	9:30	ベシシア・カインズ	-	-
森林公園駅北口	9:40	なめがわ地域 福祉支援センター	13:15	15:15
森林公園メンタルクリニック	9:42	森林公園メンタルクリニック	13:18	15:18
なめがわ地域 福祉支援センター	9:45	森林公園駅北口	13:30	15:30
ベシシア・カインズ	-	ベシシア・カインズ	13:35	-
いづみケアセンター	10:00	いづみケアセンター	13:45	15:42
埼玉森林病院(外来棟)	10:01	埼玉森林病院(外来棟)	13:46	15:43
埼玉森林病院(中央棟)	10:02	埼玉森林病院(中央棟)	13:47	15:44

運行日 毎週 月・水・土曜日(祝日、年末年始も運行いたします)

運賃 無料です。

利用者 昭友会の各施設に御用のあるすべての方が対象です。

※乗車できる人数に制限があります。

※1便と2便、3便とでは発着所が異なりますのでご注意ください。

<編集後記>

明けましておめでとうございます。

今年も様々な出会いにワクワク

しながら無事に乗り切ります。

出口 洋子



2024 年 1 月

58 号

2024 年 1 月 1 日発行

森 林 公 園

メンタルクリニックだより

森林公園メンタルクリニックホームページ

<https://www.kokoro.or.jp/shinrin/>



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

■新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。



昨年は 3 月の侍ジャパン世界一、という明るいニュースで始まり、5 月に新型コロナウイルスも感染症分類が 5 類と移行し少しずつ様々な活動・イベントも復活するなど明るさを取り戻しつつあった 1 年でありました。一方で、引き続きロシアのウクライナ侵攻は膠着状態が続き、10 月にはパレスチナでハマスによるイスラエルに対する攻撃に端を発するイスラエルのガザ地区への大規模侵攻は世界全体に衝撃を与えています。戦乱による世界的な食料・エネルギー物資の争奪戦と円安などの複合的な要因による国内の物価上昇も激しく、新年ながら重苦しい年明けとなりました。新型コロナウイルスは 5 類に移行はしましたが第 9 波は昨年 8 月に起こっていた可能性が高く今後とも第 10 波に警戒が必要です。またインフルエンザウイルスも蔓延しており、当院では引き続き患者様と当院スタッフの相互感染を予防するため、受付、診察室、カウンセリング室の大型ビニールカーテン、待合室の座席インターバルの確保などの感染予防を 継続して行っていく所存です。

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いたします。

令和 6 年 1 月 稲見 浩太

■滑川まつり



令和 5 年 11 月 3 日(祝)、季節外れの暑さの中、待ちに待った滑川まつりが 4 年振りに開催され、当クリニックでは輪投げと射的の出店を行いました。当日は 200 名以上の方にご来場いただき、大行列は開始前から途切れることなく、忙しすぎてあっという間に時間が過ぎてしまい終了となりました。地域活動に貢献できるよう来年も参加したいと思います。



★ディケア パスレル★

※「パスレル」とはフランス語で
“架け橋”という意味です。

■通過型 プログラム

『文化祭』

11月8日(水)に文化祭を開催いたしました。
利用者様がディケアプログラムやご自宅で制作
いただいた、編み物、ビーズアート、革細工、書道、
パッチワーク、フラワーアレンジメント、川柳などの作品を
100点ほど展示いたしました。今回出品いただいた作品の
中から、チャレンジ賞、ユーモア賞、努力賞、カラフル賞、
パスレル賞を選出するため、利用者様とスタッフにて投票
を行い、受賞者を決定いたしました。その他、カラオケ
大会で盛り上がり、皆で作った豚汁を美味しくいただき
終了いたしました。多くの作品に触れ、芸術の秋を堪能
できる一日となりました。尚、作品の一部は地域の作品展
にも出展いたしました。

＜展示作品の一部です。
力作揃いです。＞

『お仕事カフェ』

就労されている方、これから就労を目指す方を対象
としてお仕事カフェのプログラムを実施しております。
お仕事カフェでは休日の過ごし方、症状を抱えながら
働く上での悩み、仕事での様々な出来事などをテーマに
座談会形式で意見交換を行っております。利用者様
同士が悩みを共有され、ストレス管理や働き方にヒント
を見出す事を目的としております。また、就労移行支援
事業所ウェルビーのスタッフ様を講師としてお招きし、
ウェルビー様で実施されているプログラムを不定期で
開催しております。就労に向けた実践的なプログラムを
体験できるとあって、就労への具体的なプロセスを
イメージしやすく、利用者様からも好評をいただいている
プログラムです。

ディケアの利用をご検討の方は、まずは通院先の主治医へご相談ください。

ディケアの紹介は森林公園メンタルクリニックのホームページ内の「ディケアのご案内」をご覧ください。

◇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（ディケア直通）
ディケアプログラムはホームページをご覧ください。
「公園メンタル ディケア」⇒[検索](#)

森林公園メンタルクリニックホームページの“スタッフブログ”
にて日々の活動の様子をご紹介します。
ぜひご覧ください。

スタッフブログ



～ウェルビー様による就労講座～

■リワーク プログラム

◇活動日・活動時間 ◇月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）
9:00～15:00
◇お問合せ電話番号 ◇0493-56-4775（リワーク担当 井上 嶋村）
リワークプログラムはホームページをご覧ください。
「公園メンタル リワーク」⇒[検索](#)



明けましておめでとうございます



早いもので当クリニックのリワークプログラムが開始されてから、来月で丸4年を迎えます。
卒業された多くの方が職場復帰され、ご自身の目標に向かって日々過ごされております。
今後も、スタッフ一同利用者様に寄り添いながら支援して参ります。

『心理劇・心理教育プログラム』

リワークプログラムでは、さっぽろ駅前クリニック様と
連携し、昨年11月から12月にかけて、心理劇・心理
教育プログラムを実施いたしました。心理劇とは、
利用者様に演者や観客となっていただき、場面を設定
して即興でドラマを創り演じていただきます。お互いの
役を演じていただきながら、相手の立場となって考える
重要性や、自分の態度の変化が相手にどのように
影響するかを検証しております。利用者様の中には、
他人との関わりの中で起こった辛い体験から、怒りや
劣等感の感情を受入れられない方もおられます。

このプログラムでは、利用者様自身の体験や気持ちを表現し、視覚化して振り返ることで①自分の
考えや気持ちに気付く②みんなに支えられる体験をする③色々な人の視点を取り入れる④自己
表現力を磨くなどの効果が期待できます。

【心理劇を体験された利用者様の声】



自分の職場での場面を思い出し、自分は上司に怒りを感じていた
ことに気付いた。色々な意見が聞けて今後の参考になった。



辛かった場面を思い出すことは苦しいが、回復するためには必要な
ことだと思った。コミュニケーションが苦手とを感じるのは自分だけで
ないとわかってほっとした。

上記のように、休職に至った要因を客観的に振り返えられていたように感じました。今後も復職や
再発予防策について利用者様をサポートして参ります。



通過型
プログラム



リワーク
プログラム

～心理劇中の様子
演者になりきって
いただいております～



～心理劇後に感想等を
シェアしていただいています～

