

# 藍野花園病院 精神科デイケアのご紹介

## Q1. 精神科デイケアを利用できるのはどんな人？

… 地域で暮らす精神疾患をお持ちの方が対象で、利用には主治医の許可が必要です。

## Q2. 何をする場所？

… 生活力を身につけるための練習、スポーツ・創作・ゲームなどの活動、困り事の相談や情報交換、病気の理解・自己理解のための学習、作業所見学会、などを行っています。「リハビリの場」「地域生活の一部」「なんでも相談窓口」など、様々な役割があります。

## Q3. どんな特徴がある？

- ① 午前のみ・午後のみ「半日利用」か、朝から 15 時までの「昼食付きの 1 日利用」かを選べます。  
※ 月に何回参加するかも、ご相談に応じます。
- ② 看護師・作業療法士・公認心理師・事務職員が常駐し、幅広いニーズにお応えします。
- ③ 地域の支援機関（訪問看護・就労訓練・ヘルパー・グループホームなど）や市役所等の公的機関、他医療機関との連携に力を入れています。

## Q4. 具体的にどう過ごすの？

… 代表的な過ごし方・利用の仕方をイラストにしてみました。もちろん、これらとは違う過ごし方も可能です。「自分の目標・状況に合わせた過ごし方」を選ぶことができます。

### やりたい活動ができる 場所として利用する

運動(卓球・ヨガ etc.)



創作(革細工・陶芸・木工 etc.)

運動・創作活動・園芸・レクリエーションの他、脳トレ・生活訓練、病気についての学習、自分自身を知るためのグループ活動など、様々なプログラムを行っています。

### ストレスからの避難 場所として利用する

ゆったり  
あせらず



自分の  
ペースを大切に♪

「来るだけで精一杯、活動はしんどい」「集団は緊張する」「親の目が気になり家で休みづらい」「生活や仕事の疲れを癒(いや)したい」といった方は、一人で休憩しながら過ごすこともできます。

### 誰かと会える・話せる 場所として利用する



気づけば座談会

仲間で集まり談笑する光景がよく見られます。情報交換したり、他愛ない話に花を咲かせたり。同じような思いや悩みを持つ仲間と出会えるかもしれません。

- 利用料について、各種制度を利用すると自己負担はかからないか、ごく少額となる場合が多いです。まずはご相談ください。
- 見学・体験を希望される方は主治医にご相談ください。他医療機関に通院中の場合は、通院先の主治医にご相談の上、お問い合わせください。