



# 宮城県立精神医療センター デイケア

～プログラムのご案内～



# 宮城県立精神医療センターデイケアのご紹介

## ■精神科デイケアとは

精神科外来に通院されている方を対象とした、リハビリテーションを行う通所施設です。



## ■精神科デイケアの効果

- ・生活リズムを整える
- ・対人関係を改善する
- ・生活上のルール（身だしなみやマナーなど）を身につける
- ・生活技術（掃除や洗濯など）を身につける
- ・健康管理ができるようになる
- ・体力を向上させる
- など

それぞれの目的やペース、体調に合わせて利用することができます。

# 宮城県立精神医療センターデイケアのご紹介

## ■対象

当センターまたは連携病院かかりつけの方で、定期的な通院や服薬ができる方が対象です。



## ■活動日

月曜日から金曜日までの週5日。午前9時30分～午後3時30分まで。  
※午前のみ、午後のみ利用する「ショートケア」もあります。

## ■利用期間

原則として6か月。継続が必要な場合は改めて目標確認を行い、利用登録の更新を行います。

## ■利用料金

国民健康保険/社会保険（3割負担） → デイケア:2,470円 ショートケア:1,270円  
自立支援医療受給者証（1割負担） → デイケア:820円 ショートケア:420円

# プログラムのご紹介



## ■デイケアの週間プログラム

	月	火	水	木	金
午前	Dサロン	NEAR	Dサロン	運動	NEAR
		Dサロン		Dサロン	Dサロン
午後	革細工	園芸	就労準備講座 (第1・3週)	リラクゼーション	チャレンジ(第1・3週)
	Dサロン	Dサロン	はじめてのSST (第2・4週)		ちょい笑(第2週)
			Dサロン	Dサロン	健康教室(第4週)

(令和4年4月1日現在)

# プログラムのご紹介

<b>Dサロン</b>	物づくり、音楽鑑賞、読書、ゲームなど、それぞれの希望や目的に応じて過ごします。
<b>革細工</b>	講師に教わりながら、コースター、小銭入れなどの革細工を行います。
<b>NEAR</b>	注意力、記憶力、ものごとを計画して実行する力など、基本的な認知機能を改善するプログラムを行います。
<b>園芸</b>	野菜や花の栽培、手入れ、収穫した野菜の調理などを行います。
<b>就労準備講座</b>	病気との付き合い方や利用できる福祉サービスなど就労準備の仕方について学びます。
<b>はじめてのSST</b>	対人関係の困った状況について、テーマに沿ってディスカッションし、練習します。
<b>運動</b>	卓球、バドミントン、バスケットボールなどそれぞれの希望に応じて体を動かします。
<b>リラクゼーション</b>	アロマを焚きながら、ストレッチや瞑想を行います。
<b>チャレンジ</b>	メンバーで活動内容を決めて、実施するプログラムです。
<b>ちょい笑</b>	メンバーで選んだお笑いの動画を見るプログラムです。
<b>健康教室</b>	栄養士を招き、バランスの良い食事など健康維持の方法について学びます。

# 症状の安定や、生活の維持を目的とした方

Aさんの場合



退院したばかりだから、無理はしたくない。でも生活リズムは整えたいし、体力もつけないな～。

(月) AM：Dサロン PM：革細工

(火) AM：おやすみ PM：園芸

(水) おやすみ

(木) AM：運動 PM：リラクゼーション

(金) AM：Dサロン PM：健康教室

プログラムは  
目的に合わせて  
個別で検討していきます

日中活動することで、体力がついてきた！  
リフレッシュできて、体調も安定してきた♪



# 就労を目指して、ステップアップしたい方

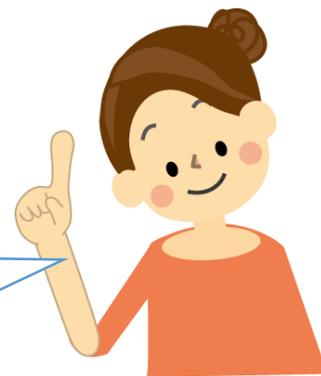
## Bさんの場合



就労を目指したいけど、  
何をすればいいか分からない。  
集中力が続かなかったり、  
人間関係も不安があるなあ。

- |     |           |                      |
|-----|-----------|----------------------|
| (月) | AM : Dサロン | PM : おやすみ            |
| (火) | AM : NEAR | PM : おやすみ            |
| (水) | AM : Dサロン | PM : 就労準備講座/はじめてのSST |
| (木) | AM : 運動   | PM : リラクゼーション        |
| (金) | AM : NEAR | PM : おやすみ            |

就労への道筋が見えてきた！集中力や  
人間関係について学んで自信がついてきた♪



# 感染症対策について

- 玄関での検温
- 手指の消毒
- 施設内の消毒
- マスク着用
- 密接・密集・密閉の対策



(アクリル板の設置や換気、距離の確保)

感染症対策に取り組んでいますので  
安心してご利用いただけます！

# デイケア利用までの流れ

見学

主治医とご相談の上、見学の予約をしてください。  
見学後、通所について主治医とご相談ください。

申し込み

利用したい場合はデイケアに連絡してください。

受入れ  
会議

通所についてデイケア職員間で話し合います。

主治医  
指示

主治医がデイケア開始の指示を出します。

通所  
開始

担当スタッフと利用計画を立てながら進めていきます。

興味のある方は、まず主治医や支援者に相談してください♪お待ちしております！



# プログラムの選びかた

## 集中力を高めたい

- Dサロン
- 革細工

## リラックスしたい

- Dサロン
- リラクゼーション

## 体力をつけたい

- 園芸
- 運動

## 対人関係を学びたい

- Dサロン
- はじめてのSST

## 病気や健康のことを 知りたい

- 健康教室

目的に合わせて  
プログラムを  
選ぶことができます♪

# さらにステップアップしたい方は

## ■ NEAR（認知矯正療法）



\* こんな方におすすめ \*

- ・ 読書や映画に集中できない
- ・ 人の名前や顔が覚えられない
- ・ 急な予定の変更に対処するのが苦手
- ・ 複数のことを同時に行うのが苦手

宮城県内で唯一の  
取り組みです！(R4年4月現在)

## ■ 就労準備講座

## ■ はじめてのSST



これらのプログラムに参加し  
就労や復学に向けた準備を行うこともできます！