

## 【認知機能リハビリテーションのご案内】

当院デイケアでは「認知機能リハビリテーション」を実施しています。

### 認知機能リハビリテーションとは？

精神疾患を患うと、症状が安定していても、下記のような声を聴かれます。

「物覚えが悪くなった」

「集中力がさがった」

「掃除や片付けの段取りを考えるのが苦手になった」

「本を続けて読めない」

「人の気持ちが前よりわからなくなった」

「空気が読めないって言われる」

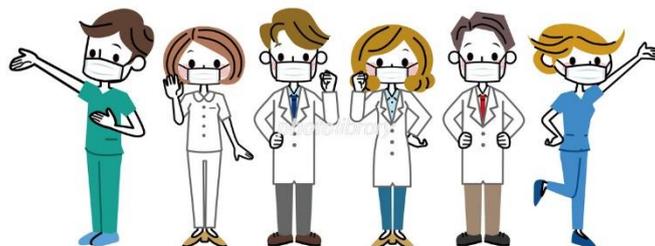
「つい嫌われていると思ってしまう」



こうした問題により日常生活に支障をきたし、社会参加が難しくなるケースがしばしば見られます。

これらの問題の原因の一つとして考えられるのが、注意力や記憶力などの神経認知、表情や状況から感情を読み取るなどの社会認知が低下する「認知機能障害」です。「認知機能障害」により、仕事や学業、家事が以前のように取り組むことが難しくなることがあります。

「認知機能障害の回復・改善」のための当院デイケアには「認知機能リハビリテーション」のプログラムとして、「NEAR」と「あたまのストレッチ」という2つのプログラムがあります。「NEAR」は主に神経認知機能のリハビリテーション、「あたまのストレッチ」は主に社会認知機能のリハビリテーションとして行っています。



## ニア NEAR (認知矯正療法)

「注意力」「記憶力」「遂行機能」などの神経認知機能の改善をはかるプログラムです。週2回6か月間続けて行うと効果があると言われています。

【パソコンセッション】と【言語セッション】を行いながら進めていきます。【パソコンセッション】は1人1台のパソコンを使って、その方の目標や得意不得意に合わせた認知機能高める様々なソフトに取り組んでいきます。【言語セッション】では、主にテキストの学習や話し合いを通じて、日常生活の中で認知機能をうまく発揮できるようにグループで話し合ったり、ゲームをしたりなどを行っています。楽しみながら認知機能を改善できるような内容となるよう準備しています。

\*NEAR の訓練研修を修了し認知矯正療法士の資格を有しているスタッフが担当しています。

<日時>

週2回・AM

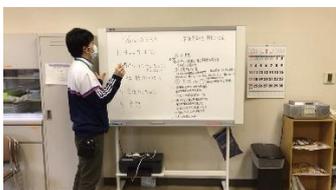
<流れ>

- 1 チェックイン (頭の働き具合の確認)
- 2 パソコンセッション
- 3 休憩
- 4 言語セッション
- 5 振り返り・感想



こんな方におすすめです

- 「物覚えが悪くなったので何とかしたい」
- 「集中力をつけて仕事や学校に復帰したい」
- 「掃除や片付けをスムーズにこなしたい」
- 「本を続けて読めるようになりたい」



## あたまのストレッチ（社会認知リハ）

SCIT や MCT の要素を取り入れた「社会認知リハ」を行うプログラムです。  
社会認知リハとは、認知機能の中でも特に表情から相手の意図を汲み取ったり、相手の立場になって考える力（社会認知）の向上を図るプログラムです。

<日時>

（プログラム調整中）

<流れ>

- 1 ウォーミングアップ
- 2 スライドや資料を用いたグループセッション①
- 3 休憩
- 4 スライドや資料を用いたグループセッション②
- 5 振り返り・感想



### スキット SCIT（社会認知ならびに対人関係のトレーニング）とは？

写真や動画を見ながら、「よくありがちな」人間関係の問題の解決方法について話し合ったり「顔の表情からその人の気持ちを察する力」を高めるための練習をしていきます。  
＊現在は SCIT で推奨されている頻度（週1×20回程度）では行っておりませんが、訓練研修を受けたスタッフが SCIT の考え方や内容の要素を取り入れてゆったりとした内容で行っています。

こんな方におすすめです

「表情など見た目から人の気持ちを理解  
できるようになりたい」  
「空気が読めるようになりたい」  
「すぐに嫌われていると思ってしまう癖  
を何とかしたい」



エムシーティ  
**MCT (メタ認知トレーニング) とは？**

自分の認知特性（考え方や情報の捉え方の特徴）を自覚し、社会的な状況で適切に物事を捉え、理解を促す方法です（Meta-Cognitive Training ; MCT）。このMCTを幅広い対象に適用できるように修正した集団プログラムである「やわらかあたま教室」を当院では行っています。自分の考え方のクセや特徴に気づき、あたまを柔らかくして考える力を改善していきます。スクリーンで絵や写真を見ながら、クイズ形式で楽しく取り組めるのが特徴です。

こんな方におススメです

- 「早とちりしやすいので、落ち着いて考えられるようになりたい」
- 「自分の考え方の特徴を知りたい」
- 「なんでもすぐに決めつけてしまうので、柔軟に考えられるようになりたい」



.....

**★参加にあたって★**

上記の各プログラムに参加するには、デイケア登録が必要となります。デイケア登録をしていない方は、主治医にご相談の上、デイケアの利用についてご検討ください。デイケア登録中の方は、デイケアの担当スタッフにご相談ください。

なお、参加にはデイケアの他のプログラム同様に利用料がかかります。

\*写真はプログラムのイメージです（人物は全てスタッフです）。

.....