



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
- ・健康管理ができるようになる
- ・対人関係を改善する
- ・体力を向上させる
- ・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 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	軽運動	NEAR	脳トレ (第1・3・5) チャレンジ (第2・4)	運動	NEAR
	Dサロン	Dサロン	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・5週)	リラクゼーション	オープン陶芸 (第1・3週)
			はじめてのSST (第2・4週)		談話会(第2.5週)
	Dサロン	Dサロン		Dサロン	健康教室(第4週)
			Dサロン		Dサロン

(令和5年11月10日現在)

プログラムのご紹介

Dサロン	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活動を行います。
革細工	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。
NEAR（ニアー）	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トレーニングを行います。
SCIT（スキット）	表情から相手の意図をくみ取ったり、相手の立場になって考える力の向上を図るトレーニングを行います。
就労準備講座	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。
はじめてのSST	対人関係で困った状況について、テーマに沿ってディスカッションを行い、場面を想定して練習を行います。
運動	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。
リラクゼーション	アロマを焚きながら、ストレッチや瞑想を行います。
健康教室	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。

プログラムのご紹介

軽運動	歩行トレーニング、ストレッチ、ヨガ、散歩などを楽しみながら行う中で、身体を動かし健康維持を目指します。
PC脳トレ	パソコンの脳トレゲームを行い、記憶力、集中力などの認知機能を高めるトレーニングを行います。
あたまのストレッチ	クイズやディスカッションを通して、自分の行動・考え方・性格などの特徴に気づき、考えを柔軟にするトレーニングを行います。
脳トレ	クイズやなぞなぞなど他メンバーと一緒に取り組む中で、交流を図りながら楽しく頭の働きを促します。
談話会	日ごろ感じていることや悩みごとなど、ゆったりとした雰囲気ですり合い意見交換を行います。
オープン陶芸	「オープン陶土」と呼ばれる専用の粘土で、小皿やカップなど好きなものを作成し、オープンで焼きあげ完成させます。
チャレンジ	普段一人ではできない活動内容をメンバーで話し合い、計画を立て実施するプログラムです。

症状の安定や、生活の維持を目的としたい方

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、
体力もつけたいな～。

(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

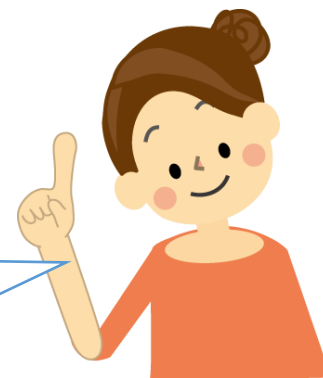
Bさんの場合



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
- NEAR

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
- 軽運動

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
- 就労準備講座
- 談話会

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！