

【対象となる方】

- ◆ 当院もしくは他院の精神科や心療内科に通院中の方
- ◆ デイケアのルールを守っていただける方
- ◆ 移動や体の動作が自力で行える（要介護状態にない）方

【ご利用までの流れ】

デイケアに通いたい

当院通院中の方

主治医にご相談下さい

主治医の了承が得られましたら、見学と説明を受けて頂き初回日を決めます

他院通院中の方

かかりつけの主治医にご相談下さい

主治医の了承が得られましたら、当院デイケアの見学と説明を受けて頂きます

主治医の紹介状をご用意の上、当院の初診予約をお取りください

当院医師の診察を受けて頂き、デイケア利用の了承が得られましたら、初回参加日を決めます

ご利用開始

お問い合わせ先

〒276-0004
千葉県八千代市島田台1212
しのだの森ホスピタル

デイケア

問い合わせ：047-488-2218(代)
火曜～土曜
9時～16時

ホームページ
<https://www.sinodanomori.or.jp/>



■ アクセス ■



■ 東葉高速鉄道 八千代緑が丘駅利用の場合

京成バス千葉セントラル『船尾車庫行き』『木下駅行き』にて10分、
『行々林(オドロバヤシ)入口』下車 徒歩5分

■ 当院シャトルバス有(京成勝田台駅・八千代緑が丘駅・千葉ニュータウン中央駅)
時刻表など詳細はホームページにて

医療法人社団 心癒会
しのだの森ホスピタル

デイケア プログラムのご案内

デイケアとは

- ◆ 規則正しい生活を送りたい
- ◆ 人付き合いが上手になりたい
- ◆ 仲間が欲しい
- ◆ 日中に活動できる場所が欲しい
- ◆ 病気についてもっと知りたい
- ◆ 働けるようになりたい

このような悩みや希望を持つ方々が集まり
色々なプログラムで「つながり」を感じながら
それぞれの目的や目標に向けて取り組んでいく
“リハビリテーションの場”です。

当院デイケアについて

精神障害のある方が、それぞれ自分が求める
生き方を主体的に選択していけるよう、プロ
グラムを通してスタッフがサポートしてい
きます。緑いっぱいの自然に囲まれた当院デ
イケアで活動すると、癒されたり、自分を大切
にする思い（自尊心）が高まったり「生きや
すさ」が増幅していきます。



プログラム紹介

【ハーブタイム】

ハーブガーデンでハーブをはじめとした植物の世話をし、自然の中で五感を刺激し生活リズムと心身のバランスを整えます。

【Happy Color】

塗り絵やカレンダーの作成をします。

【ストレッチ・軽スポーツ】

院内の小講堂にて行います。

【アロマタイム】

足浴や手浴などのアロマ体験や、アロマの精油を使ったスプレーや石鹸づくりをします。

【WRAP】

元気回復行動プランの概念を通して、リカバリーに大切な感覚や方法について対話を通して学びます。

【思考錯誤】

社会で生きていくうえで大事になる自律性（自分で考えて、判断し、行動する力）を認知行動療法の技法を使って獲得していきます。

【SST】

対人関係を良好に維持する技能を身につけ、ストレス対処や問題解決ができるスキルを学びます。

【コミュニケーション・ラボ】

アサーションを中心にコミュニケーションの取り方や考え方・捉え方を探ります。

【就労へのビジョン】

就労するために準備しなければならないことを就労移行支援事業所の講師に学びます。

【若竹プログラム】

ハーブの生産、販売活動を通じて働くための準備をして自信を付けたり、やりがいや生きがいを見つけたりすることができます。

※上記以外にも様々なプログラムを実施しています。



1日の流れ

| | |
|-------|---------------------------------|
| 9:50 | 受付開始 セルフワーク |
| 10:10 | 朝の会 |
| 10:20 | ラジオ体操 |
| 10:30 | 午前のプログラム |
| 11:50 | 昼食 |
| 12:45 | AM帰りの会 ※午前ショートの方はここで終了になります。 |
| 13:00 | 午後の受付開始 セルフワーク |
| 13:30 | 午後の気分調べ |
| 13:45 | 午後のプログラム |
| 15:25 | PM帰りの会・掃除 |
| 16:00 | 終了 |

※午前のみ or 午後のみ参加（ショートケア）も可能です。

※午前のショートケアは昼食が出ますが午後のショートケアは食事は出ません。

費用について

| | 3割負担 | 自立支援 |
|---------------|--------------------|----------------|
| ショートケア 3時間 | 1,290円 (1,230円) | 430円 (410円) |
| デイケア 6時間 | 2,490円 (2,340円) | 830円 (780円) |

各種健康保険が適用されます。
(かっこ内は利用開始1年以降)