

入所までの流れ

①地区担当保健師と面談

※利用にあたっては、主治医の了解が必要になります。事前によくご相談ください。

②デイケア専任保健師と面談、デイケア室の見学

③プログラム見学（目安：3か月）

④入所申込

※参加申込書を提出いただきます。

⑤嘱託医（精神科医）と面接

※現在の状況や今後についてお伺いします。

⑥入所判定会議

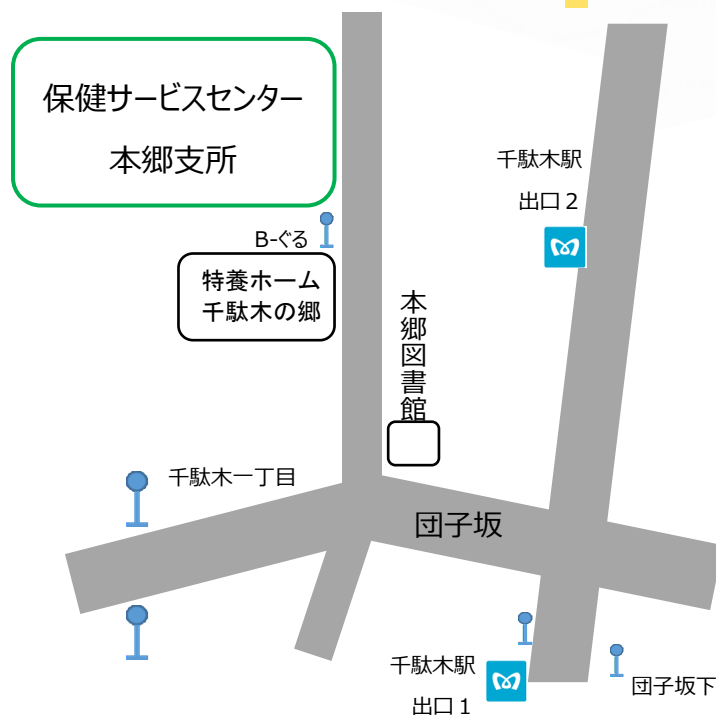
※職員で話し合います。

⑥正式利用

※1年ごとの更新となります。

◆利用期限は、おおむね3年を目安に、保健師、精神保健福祉士、公認心理師、嘱託医等がサポートしていきます。

実施場所



交通案内

◆東京メトロ千代田線

千駄木駅より徒歩8分

◆都営バス

【上58】団子坂下 徒歩6分

【草63】千駄木一丁目 徒歩5分

◆B-ぐるバス（千駄木・駒込ルート）

18/特養ホーム千駄木の郷 すぐ

心の病をもつ方の

デイケア

しいのき会

お問い合わせ先

文京保健所 保健サービスセンター
文京区春日1-16-21 8階北側
☎ 03 (5803) 1807

文京保健所 保健サービスセンター本郷支所
文京区千駄木5-20-18
☎ 03 (3821) 5106

しいのき会とは

こころの病気を持つ方が、それぞれの目標に向かって集団でリハビリを行う場所です。メンバーやスタッフとの交流を通じて人付き合いに慣れ、できることを増やして自信をつけることや、生活リズムを整えながら、楽しさを見つけていくことを目標にしています。自分のペースで次のステップを目指して活動しています。

対象

- ◆文京区民で、精神科に通院治療中の方
- ◆主として統合失調症で、おおむね50歳以下の方
(応相談)
- ◆デイケアに来て、次のステップへ進みたい方
※ただし、状況によりご期待に添えない場合があります。
ご希望の方は、地区担当保健師へご相談ください。

こんな方におすすめします

- ◆自分に自信をつけたい方
- ◆就労や一人暮らしに向けて準備をしたい方
- ◆人との会話に慣れたい方

活動内容

- ◆毎週月曜日、水曜日、木曜日 10:00～15:00
- ◆プログラムはメンバー全員で決めています。

【ある週の一例】

	午前	午後
月	ヨガ	係活動
水	SST	茶話会
木	卓球	音楽鑑賞

上記の他に、ウォーキング、ゲーム、創作、季節の行事、料理など。講師を招いてのSST(生活技能訓練)や創作活動・ヨガ・音楽。福祉や医療制度、病気についての学習会や施設見学なども行っています。費用は原則無料。(プログラムによって一部自己負担あり)

一日の流れ(ある日の一例)

- 10:00～ テレビ体操
- 10:20～ ウォーミングアップ (プチトークなど)
- 10:30～ 午前のプログラム (10分 休憩)
- 11:50～ 午前の感想
- 12:00～13:00 昼食
- 13:00～ 午後のプログラム (10分 休憩)
- 14:50～ 午後の感想
- 15:00 終了

メンバーの声

- ◆園芸係で育てている花が咲くと、明るい気持ちになります。
- ◆バドミントン等の運動が、みんなできて楽しいです。
- ◆デイケアに通ってから、
生活のリズムが整いました。
- ◆デイケアに来てから友達ができ、
気持ちが明るくなった。
- ◆デイケアと他の通所施設に通い、
生活のバランスがとれました。



まずはお気軽に
ご相談ください。

