

若草だより

<若草会理念>

私たちは思春期青年期を中心的に治療するスタッフとして

1. ご家族、住民の皆さまなどの協力と支援を仰ぎ、関係諸機関との連携を密にしながら
2. 全員が治療チームとして協働し
3. 成長過程にあるクライアントの「人間としての尊厳」を大切にしながら、その「悩みに真剣にかかわり、ともに考えていく」 医療を目指します。

平成 21 年 1 月
第 4 号「とまり木」特集

発行元：医療法人若草会広報委員会

生活訓練事業所 とまり木のご案内



看板犬のモモコがお迎えします。

生活訓練とは

生活訓練は精神障害者の方を対象とした福祉サービスです。「訓練」という名前がついていますが、具体的には皆さんの「…を試してみたい。」のお手伝いをしています。

とまり木では1プログラム 5～6 名程度の少人数で静かな雰囲気で行っています。

それぞれのプログラムを通じて、日常生活で楽しむことや季節感のある安定した生活を送るお手伝いが出来ればと思います。

利用について

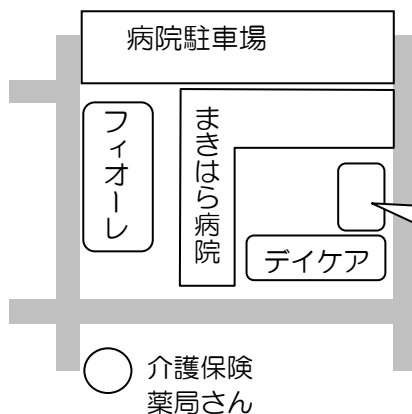
利用時間の決まりはありませんので、最初は短時間の利用から結構です。午前のみ、午後のみ利用もできます。

1日の利用料は668円(平成21年1月現在)です。+100円で昼食を注文することができます。また、世帯の収入に応じて月額負担上限があります。

利用を希望される方は主治医にご相談下さい。

<主な1日の流れ>

- 10:45 調理訓練(昼食作り)
朝の活動(ウォーキング・お茶会など)
- 12:00 昼食
- 13:30 余暇活動
(スポーツ、買い物、DVD鑑賞など)
- ※パソコン教室や生花、金銭管理など個別の訓練については担当スタッフと日時を相談して行います。



こんな建物です

みなさんの「・・・をしてみたい」から始まったプログラム

**料理をしたことがないが、
自分で食事を作りたい！**

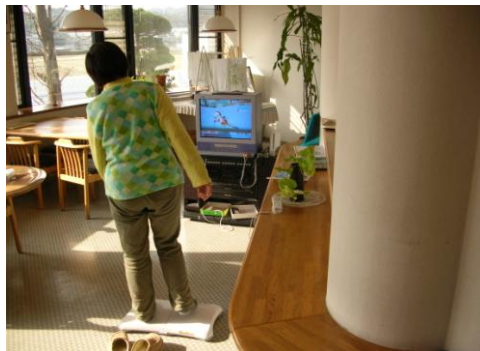
→毎日午前 10 時 45 分ごろから
行っている調理訓練でお待ちし
ております。
料理を全くしたことが無くても
問題ありません。まずは見るだけ
でもOKです！



みんなでやっています♪



おふくろの味で勝負！



思わず笑いがでるWii Fit



天気いい日にはドライブ♪

**どうしても家の中で
ゴロゴロしてしまう…。
外に出るきっかけが欲しい…。**

→余暇活動プログラムではみんな
で Wii を使って楽しく身体を動か
しています。

ダイエットに効果抜群の燃焼系
DVD もあります！

また、買い物やドライブでお散
歩するのもオススメです。



手作り弁当でお出かけします



秋には炭火で旬を焼きました

**美味しいものが食べたいが
カロリーが気になる…。
どうしても間食がやめられない！**

→月に一度、ハーブティーを飲みな
がら栄養士の先生にいろいろな相
談ができるお茶会があります。

**ついつい、お小遣いを遣ってしまう…。
欲しいものがいっぱいあって困ってしまう…。**

→職員と家計簿をつけて、どのように使ったか振り返ることから
始めませんか？また、月に一度、ミーティングもあります。

**この他にも色々なプログラムがあり
ます。見学をご希望の方は、まずは
お問合せ下さい。**

生活訓練事業所 とまり木
TEL:083-973-0666

小郡まきはら病院 病院案内

診療科：精神科

診察時間：9：00～17：00

休診日：日曜日、祝日

住所：山口市小郡若草町3-4

TEL：083-973-0222（病院代表）

FAX：083-973-4323

ホームページ：<http://www.makihara.or.jp/>

*診察は予約制となっております。初めて診察を
希望される方は、事前に電話でお問い合わせ下さい。