

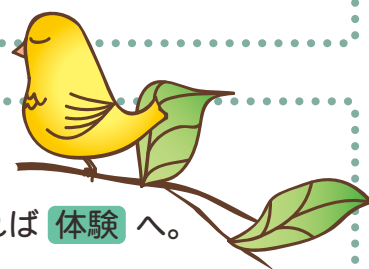
明石土山病院 精神科デイケア



① 精神科デイケアとは？

自分の将来の目標を大切にしながら、今出来そうな事、やれる事を共に考え、活動してゆく場所です。

デイケアに参加する事で、あたらしい友達ができたり、趣味が広がったり、生活にメリハリがついたり、ストレスが発散できたり小さいことですがそういったことを積み重ねながらゆっくり将来のことを考えてゆく場所です。



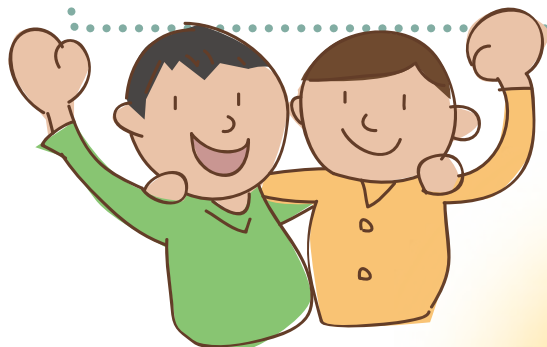
● ご利用方法

まずは **主治医に相談**。主治医の許可がおりれば **見学** へ。

デイケアの見学、詳しい説明を聞いて、やっていけそうであれば **体験** へ。

体験参加を行い、支障なければ **正式参加** へ。

利用書類（誓約書や利用料金）を再度確認ご納得の上、デイケアへの参加 **活動開始**



「参加してみようかな？」
と思ったら…

主治医に
相談

どんなところだろう？

見学

楽しい仲間達が
待っています！

正式参加
活動開始

体験参加



● デイケア利用費について（明石/加古川の場合）

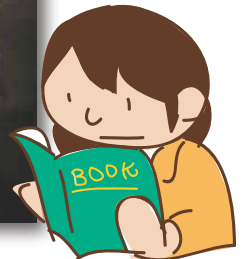
| | |
|-----------------|-----------------------------|
| 健康保険（3割） | 約2,460円／1回 |
| 健康保険＋自立支援医療（1割） | 約820円／1回（月ごとの自己負担上限額があります）※ |
| 生活保護 | 0円 |

※自己負担上限額

月に2,500円・5,000円・1万円・2万円の4段階に分かれています。
人によって異なりますので詳しくは面談の時にご相談下さい。

活動内容

曜日によってプログラムが異なります。自分にあったプログラムを選んで参加できます。週1回でも大丈夫です。また1日6時間参加が原則となっています。ショートケアは3時間、昼食提供はありません。



| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|--------------------------------------|-------------------------|--------------|---------------------|-----------------|
| 9:00 | 朝の活動（体調チェック 新聞広告チェック 軽い運動 ミーティング など） | | | | |
| 10:00 | 個別活動（創作 パソコン 脳トレ など） | | | | |
| | フリースポーツ 軽いスポーツ・卓球など | ネーミング クイズやグループミーティング | 一日外出 | SST コミュニケーションの練習 | 買い物 イオンに行きます |
| | やわらか頭 自分なりの気分転換の方法 | | まちが絵 頭の体操 | | 調理 月に1回程度 |
| 12:00 | ランチミーティング | | | | |
| 12:30 | 個別活動（創作 パソコン 脳トレ など） | | | | |
| | フィット 体重管理テレビゲーム | 外出 | 一日外出 | スポーツ バレーボール | 心理教育 症状自己管理 |
| | 初級調理 期間限定 一人暮らし向け | チャレンジ 今より一歩進むためのグループ | カラオケ | 買い物 ディオに行きます | |
| 15:30 | 終了のミーティング | | | | |
| 16:40 | 個別活動（創作 パソコン 脳トレ など） | | | | |



● 注意点

デイケアは多くの利用者（現在30名ほど）が通う集団の場所になります。安心して活動するために威圧的な言動などが見られた場合は参加をお断りする場合がありますので、あらかじめご了承ください。

ご質問・お問い合わせ先 ●●●●● 明石土山病院「精神科デイケア」まで

TEL 078-942-1021 FAX 078-941-1573

※介護老人保健施設 希望の「デイケア（通所リハビリテーション）」とお間違えないようお願い致します。