

# フォレストのご案内

当院ではデイケア（ショートケア）の一環で、以下のようなプログラムを実施しております。

**実施日時** 月曜日～土曜日 9:15～12:00

**実施場所** 当院南館2階（学びタイムは主に本館2階カンファレンスルームで実施します）

## プログラム紹介

曜日	室内外活動 (南館2階)	学びタイム
(月)	短・長距離ウォーキング 自主活動	ストレスケア (認知行動療法)
(火)	バレーボール 自主活動	セルフケア (マインドフルネス)
(水)	ヨガ ストレッチ 自主活動	
(木)	エアロビ運動 自主活動	コミュニケーションスキル (アサーション・SST)
(金)	短・長距離ウォーキング ハンドケア 自主活動	セルフケア (WRAP)
(土)	自主活動 一週間のフリートーク	

## 対象となる方

以下に該当する方が対象となり、主治医の許可が必要です。

1. 当院に通院中の方。
2. 症状が軽減され、少なくとも週 1 回程度からの継続参加が可能な方。
3. 復職、または就労（障害者雇用含む）を目指す方。

※就労中の方も、診察日や休暇等でのご利用は可能です。

※診断名や病状の状態、体調によっては、お受けできないことがあります。

## ご利用にあたって

主治医と診察をしていただき、利用の許可が必要となります。

利用料金は、自立支援有（1 割負担）430 円、 3 割負担 1290 円 となります。

※自立支援のご利用をお勧めします。

ご興味のある方は、当院までお問い合わせください。