

● 利用方法と費用

- 利用期間や目的などは、当院医師との面接で確認していきます。
- 他院へ通院中の方でも転院の必要なくご利用できます。その際、通院先の主治医の同意と紹介状は必要です。ぜひ当院までお気軽にご相談ください。
- 料金の目安は、1回 1520円（自立支援医療制度利用の場合 1回 510円）です。

● プログラム概要

1. 認知行動療法

認知行動療法とは、気分や行動は、物事に対する受け止め方（認知）に影響を受けることから、認知の偏りを知り、それを通して気分や行動をコントロールしていく治療技法です。このプログラムでは、グループ形式で行っていきます。グループで行うことで、同じ体験をしている者同士での共感や安心感が得られる、他人の言動を通して自分の問題点に気づくことができる、などの利点があります。テキストを用いて、1クール12回で行っています。

2. 心理教育

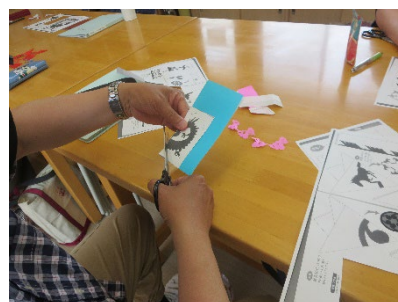
うつ病などの精神疾患について、どのような病気なのか、お薬の効果・副作用、回復の経過、正しい療養の仕方などについて精神科医師が講義を行います。

3. 運動療法

うつ病の回復期には、適度な運動をすることで生活リズムが整い、回復を早めることが知られています。また、再発予防のためにも体力の衰えを回復させることが大切です。運動療法では、ウォーキング、卓球、健康体操、ヨガなどを行います。

4. 作業療法

コラージュ、絵画、書道、紙細工などの創作を通じて、作業工程を理解する力、一定時間集中を持続する力、正確に作業する力などの回復と創作を楽しむ体験を目的に行います。



● お問い合わせ

電話：0952-24-9007 ホームページ：<http://www.tafuse-clinic.jp>

担当：諸隈 整（公認心理師）