

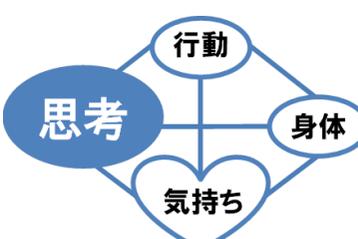
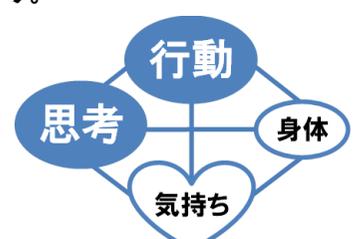


しずこここ・デイケア



静岡市こころの健康センターでは、うつ病で長期にわたり療養している方のための通所型リハビリ治療を実施しています。

平成26年度第3クールは、週1回で3コースを設定しましたので、下記のコースからお選びください。

コース名	月コース (集団精神療法)	水コース (精神科デイ・ケア)	金コース (精神科ショート・ケア)
時間	15:00~16:30	9:30~15:30	13:30~16:30
日程	平成27年1月26日 2月2日、9日、16日、23日 3月2日、9日、16日 全8回	平成27年1月7日、14日、21日、28日 2月4日、18日、25日 3月4日、11日、18日 全10回	平成27年1月16日、23日、30日 2月6日、13日、20日、27日 3月6日、13日、20日 全10回
内容	集団認知行動療法	集団認知行動療法・創作活動・面接・運動 等	集団認知行動療法・創作活動・面接 等
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ●週1回、1時間30分のプログラム ●うつ病に特徴的な悲観的な考えなど 自分自身の思考のパターンの把握と修正に取り組みます。 	<ul style="list-style-type: none"> ●週1回、6時間のプログラム ●集団認知行動療法で自分自身の思考・行動パターンの把握と修正に取り組みます。 ●ストレッチ・リラクゼーションにより身体をほぐすプログラムや、スタッフ及び精神科医師による個人面接があります。 	<ul style="list-style-type: none"> ●週1回、3時間のプログラム ●集団認知行動療法で思考パターンとうつ病の慢性化による乱れがちな生活習慣など自分自身の行動パターンの把握と修正に取り組みます。 ●スタッフ及び精神科医師による個人面接があります。 

お問い合わせ：静岡市こころの健康センター 静岡市葵区柚木240番地 電話：054-262-3011 担当：川崎・望月