

参加までの流れ

他院に通院中の方はまず、当院にお電話下さい。

現在の主治医を変えずに、あしたの風クリニックのデイケアのみの利用も可能です。

①外来受診(主治医と面談)

②デイケア見学(無料、予約不要)

(主治医とスタッフがデイケア受け入れの相談)

③利用開始

費用

各種健康保険制度が適用されます。
自立支援医療費制度を併用
すると、更に費用を軽減することができます。

1回の自己負担額(保険種別により異なります)

○デイケア開始1年以内の方
3割負担: 2460円
自立支援医療制度適用: 820円

○デイケア開始1年以上の方
3割負担: 2310円
自立支援医療制度適用: 770円

※プログラムの材料費、昼食代はかかりません。

スタッフ

医師、看護師、精神保健福祉士、作業療法士、
臨床心理士

○治療を効果的に進めるため、デイケア参加時の
様子を主治医に伝え、連携をとっています。



〒273-0854

千葉県船橋市金杉159-2

TEL 047-429-3111

URL <http://sofu.or.jp>



○交通アクセス

JR総武本線・京成本線を利用される方

JR船橋駅北口バス停(5, 6番)新京成バスの「医療センター経由(金杉台団地行き・三咲駅行き、どれでも構いません)」で「トレポンテこどもクリニック」バス停まで約20分、バスが向かう方向の右手に見えるオレンジ色の建物があしたの風クリニックです。下車して徒歩約2分です。

新京成線を利用される方へ

三咲駅で下車。新京成バスの「医療センター経由(船橋駅行き)」で約10分、「トレポンテこどもクリニック」バス停で下車し、徒歩約2分です。

あしたの風 クリニック デイケア クローバー



よりよい社会生活を送っていただける
ようにするためのスペースです

医療法人社団爽風会

デイケア クローバーってどんなところ？
 ・統合失調症、うつ病、人格障害など、様々なこころの疾患を対象としています。
 「生活のリズムがつかめない」「人付き合いが苦手」
 「社会に出るのは不安・自信がない」「体力を付けたい」
 「同じような経験をした人と話したい」

このように
 同じような悩みを持つ人が集まり、
 さまざまなグループ活動を通してそれぞれの
 目標やペースに合わせて過ごす場所です。

ミーティング
 プログラムミーティングでは、
 やってみたいことを皆で
 意見を出し合います。
 デイケアミーティングでは
 デイケアについて話し
 合ったり、お菓子作りや
 お料理の内容を皆ででき
 めます。

ジョブグループ
 仕事や社会復帰に関心のある人たちが
 集まって、話し合いをします。
陶芸
 陶芸講師に教わりながら様々な作品作
 りをしています。集中力・創造性の向上
 を図ります。

週5日(火～土) 9:30～16:00
日・月・祝日・年末年始は休みです
 (注)精神科・心療内科受診日は、デイケアの参加は
 できません。
 その他のルールはデイケアにてご確認ください。

一日の流れとプログラム例

9:30	10:30	11:50	13:00	14:30		～16:00
朝のミーティング	朝のプログラム	昼食 屋休み ラジオ体操	昼のプログラム	スポーツ	片付け 清掃	帰りのミーティング



月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		AM:料理買い物 PM:スキルアップ② /アロマストレッチ スポーツ:草庭	AM:料理(てりやきハンバーガー) PM:デイケアミーティング・料理・ お菓子・行事決め スポーツ:グラウンド	AM:シリアスミーティング /お弁当作り PM:晴:親水公園ピクニック 雨:ボードゲーム、お茶会	AM:卓球練習会/手芸 PM:カラオケ大会 スポーツ:グラウンド	休み
6	7	8	9	10	11	12
休み	AM:お菓子買い物 PM:はじめてのCBT⑧ スポーツ:草庭	AM:プログラムミーティング PM:スキルアップ③ /チャイム スポーツ:グラウンド	AM:お菓子作り (ロールストーンアイス) PM:SST スポーツ:草庭	AM:シリアスミーティング PM:ベルカントセラピー スポーツ:グラウンド	AM:ジョブグループ/手芸 PM:陶芸 スポーツ:草庭	休み
13	14	15	16	17	18	19
休み	AM:農作業 PM:はじめてのCBT⑨ スポーツ:グラウンド	AM:パソコン教室Excel③ PM:雑詩を買いに散歩 スポーツ:草庭	..事(ラーメン大会)	AM:シリアスミーティング PM:坐禅 スポーツ:草庭	AM:キッズ勉強会 /キャラおにぎり作り/手芸 PM:麻雀・花札講習会 スポーツ:グラウンド	休み
20	21	22	23	24	25	26
休み	AM:農作業 PM:はじめてのCBT⑩ スポーツ:草庭	AM:料理買い物 PM:竹馬の練習 スポーツ:グラウンド	AM:料理(グラタン) PM:英会話 スポーツ:草庭	AM:シリアスミーティング PM:ベルカントセラピー スポーツ:グラウンド	AM:テーブルカーティング大会 PM:陶芸 スポーツ:草庭	休み
27	28	29	30			
休み	AM:紅茶試飲会 PM:はじめてのCBT⑪ スポーツ:グラウンド	昭和の日	AM:避難訓練 PM:卓球大会 スポーツ:グラウンド			

手芸
 手芸講師に教わりながら
 編み物、ビーズなど様々な
 作品作りをしています。
パソコン教室
 ワード、エクセルの使い方
 を基礎から皆で勉強します。

シリアスミーティング
毎週金曜日10:30～11:30
 思い悩んでいることを
 臨床心理士と共に
 皆で話し合い、共有します。

認知行動療法 (はじめてのCBT)
毎週火曜日13:00～14:15
 気分の落ち込みを和らげたい、不安を小さくした
 い、人間関係のトラブルを上手に解決したいとい
 う方にお勧めです。
 課題や簡単な話し合いが含まれます。

**スキルアップグループ
 弁証法的行動療法(DBT)**
毎週水曜日13:00～14:30
 感情のコントロールがうまくいかない、対人関係の
 悩みや困難を感じている、衝動的な行動をコント
 ロール
 できないなどの問題を抱えた人が問題に対処する”
 スキル”
 を身につけることで、より安定した自分を目指します。
 参加には医師の許可が必要です。

セミナー
 保健所、ハロー
 ワークや医師、薬
 剤師等を講師に
 様々な知識や情
 報を収集します。

ベルカントセラピー
 現役
 指揮者・オペラ歌手
 による音楽療法で
 大きな声を出して
 気分転換をしましょう。

英会話
 英会話講師に教わりながら
 コミュニケーションをとったり
 歌をうたって英語を楽しむ
 プログラムです。

行事
 毎月行事を行っています。2ヶ月に一度遠
 出の行事を行っています。外出の機会が
 少ない方や一人でなかなか行けない場所
 に出掛け、気分の改善を図ります。

料理プログラム
 毎月2回、皆で料理をつくり、食べます。
 毎月1回お菓子作りのプログラムも、
 あります。

**SST
 ソーシャルスキルズトレーニング**
 社会生活や日常生活で困って
 いることを
 テーマとして話し合い解決方法
 を皆で見つける
 トレーニングです。

その他、多彩なプログラム

バレーボール・卓球大会・カラオケ大会・ヨガ教室・座禅
 足湯・クラフトの数々(革細工、アロマ等)・将棋・チェス・麻雀
 ギター部などサークル活動もしています。



毎月プログラム表を更新し
 ホームページに掲載
 しています。
 詳しいプログラムについては
<http://sofu.or.jp>
 をご覧ください。