

精神科デイケアだより

みさとメンタルクリニック

2025年6月号

多士済々

精神保健福祉士 土居 晃

デイケアにはフットサル・バスケット等スポーツ系、音楽・茶道・美術等芸術系、園リゴことやテーマを決めた話し合い系等様々なプログラムがあります。

また、数か月前から旅行に行くため話し合いを重ね、日帰りか泊まりか激論？がありました。泊で鎌倉に行くことになりました。資金稼ぎのバザーを行っていて、希望者と医師を含む職員で6月未に行きます。他にも、精神科デイケアの愛称を職員・利用者の方(以下メンバー)でアイデアを出し、決めようとしています。最終候補として、ひまわり、やすら、ホポシ、のろつが選ばれ、これからひとつにメンバー投票で絞られます。

プログラムの進め方は、メンバー主導または職員主導等、いろいろな状況があり、いずれにしろ両者の協力で行っていますが、他のプログラムと雰囲気の違いはメンバー参加数が多いため、異色のプログラムがあります。一人のメンバーが担当し自由な内容を決め準備し、皆に披露します。持ち時間は60分、90分、メンバー主導というより独壇場といった趣です。今まで約10人のメンバーが担当。内容は、病気の発症や症状との付き合い方やトラブルを含めた自分史・作詞作曲ギター弾き語り、競馬新聞のポイント解説、鉄道関係詳細情報・甲虫類捕獲飼育フリーダー・レベルの話、数年から数十年に及ぶ職業生活や異性関係について等バラエティ豊かです。

様々な出来事をきっかけの病を抱えながら経験してきた、という各メンバーが持つ独自性専門性に触れると、学ばせて頂くことが多くあり、精神保健福祉士として自分の役割は何かと自問しながら多士済々なメンバーと関わらせてもらっています。



～精神科デイケアはこんなところ～

精神的に生きづらさを抱える方が、単に病状から回復するだけでなく、人生に新しい意味と目的を見出せるようサポートします。様々な活動や人との交流を通じて、自分が抱えている問題と上手に付き合う方法を考えるお手伝いをしています。今より少しでも生活がしやすくなることを目指しています。

詳しい情報は
ホームページから！

