



■プログラム詳細

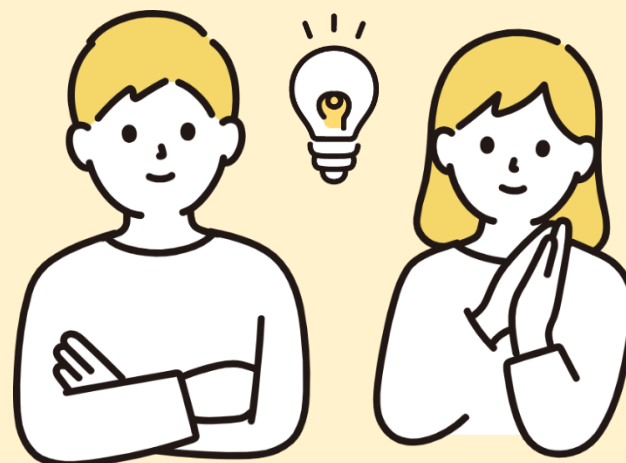
午前：個人で取り組む

創作	・編み物 ・刺繍 ・刺し子 ・エコクラフト ・革細工 ・プラモデル ・ビーズ
学習	・脳トレ（ナンプレ・漢字・計算など） ・ペン習字 ・書道
運動	・卓球 ・トレーニング器具 ・エアロビ ・ヨガ、ストレッチ
創作	・編み物 ・刺繍 ・刺し子 ・エコクラフト ・革細工 ・プラモデル ・ビーズ
芸術	・陶芸 ・切り絵 ・水彩画 ・油絵 ・塗り絵 ・消しゴムハンコ

午後：集団で取り組む

かおトーク	VRゴーグルで日常生活の様々な場面を体験し、相手の感情を読む力（感情認知）を鍛えます 
宗 Good	“こころとからだ”の講話、体操を中心とした軽運動を行う宗医師考案の健康増進プログラムです
ジブンケア	ヨガ・ストレッチ等身体運動を用いたリラクゼーションです。運動と学びを通じストレスケアを図ります
つたえるチカラ+	VRゴーグルで社会生活の様々な場面を再現し、対人交流技能訓練（SST）を行います 
こことレ	現実的でバランスの良い認知や行動ができることで日常の問題解決、気分の改善を目指します

外来作業療法 ご案内



特定医療法人社団 慈藻会

平松記念病院

〒064-8536

札幌市中央区南 22 条西 14 丁目 1 番 20 号

TEL：011-561-0708(代表)

FAX：011-552-5710

HP：<http://www.hiramatu-mhp.or.jp>

Email：webmaster@hiramatu-mhp.or.jp



病院 HP
QR コード



各 SNS アカウント QR コード

精神科作業療法とは

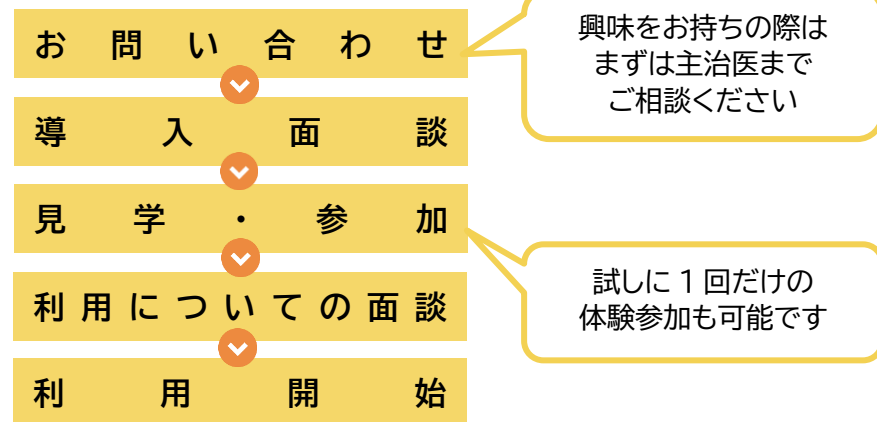
生活に関するお悩みをお持ちの方に対して
創作や日常生活に関連した「作業」を利用してリハビリを行います

作業療法でこんなことができます

- ✓ 外出する機会を作る
- ✓ 規則正しい生活リズムづくり
- ✓ 趣味を見つける
- ✓ 人と過ごすことに慣れる
- ✓ 体力づくりをする
- ✓ ダイエットに取り組む
- ✓ 就労・復職に向けたベースづくりをする

『いま、自分になにができるのか?』『何をしたらいいのか』
わからない方はぜひ一度ご相談ください

利用までの流れ



プログラム紹介

詳細は裏面をご覧ください

活動時間・実施日

	月	火	水	木	金
午前	創作	学習	運動	創作	芸術
午後	かおトーク (VR-感情認知)	宗 Good	ジブンケア	つたえるチカラ+ (VR-SST)	こことレ

土日祝・年末年始は除く

・利用回数や頻度は、個人の目標や都合に応じて調整可能です



卓球



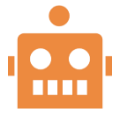
体力づくり



手芸



陶芸



工作



リラックス



学習



感情認知



対人交流



仲間づくり

費用について

各種保険制度が適用されます
一部例

保険などの種類	自己負担額
自立支援医療(1割)	220円
国保・健保・共済など(3割)	660円

- ※ その他加算等により自己負担額が変動する場合がございます
- ※ 自立支援医療をご利用の方は、自己負担上限額までとなります
- ※ 材料費などはかかりません