

BESTYとは…BEST(最も良い)とBETTER(より良い)の間。最高でなくて良いけれど、それに近いものを目指していきたい…という思いから生まれた言葉です。

今年もあつ〜い夏がやってきました。体調を崩しやすい時期ですので、ご自愛ください。8月も青山会関内クリニックデイケアは暑さに負けず元気に開所しております。それでは、最近のホットなデイケア情報をお伝えしていきます。

### ☆新入職員紹介☆

顔はメンバーがアイロンビーズで作ってくれました

名前：阿部祐子 職種：看護師

一言：6月に入职した阿部祐子です。好きな事は食べることと音楽鑑賞です。(洋楽・邦楽問わず色々な音楽が好きです)ヨガも好きですが、やりすぎて現在体が故障中です(笑)デイで皆様が楽しく過ごして頂けるよう、支援させて頂きたいと思います。よろしくお願ひします。



## プログラム紹介

### ホットプレートパーティー



### アフタヌーン T-room



「鈴カステラ」はコロコロとかわいい出来栄えに♪この時期にぴったりのかき氷はシロップから手作り！味は桃、抹茶、ベリーの三種で写真は大盛り全部乗せです！

### アートパステルアート



パステルアートは優しく暖かみのある作品が特徴で、絵の苦手な人にもおすすめです！可愛い猫と夏の風物詩アサガオはメンバーの作品です☆

### ビブリオバトル



おすすめの本を紹介しあい、読みたくなった本に投票し、今月のチャンプ本を決めます。みんなが心惹かれた7月のチャンプ本はこちら！「心にひびく論語」です。「約500ある論語から86の言葉を厳選。初心者向けの論語で、分かりやすいのでおすすめです」と紹介者Kさんよりコメント頂いております。ぜひ読んでみてはいかがでしょうか。

### 8月のオススメ



8/18は「熱中症」についての勉強会を開催します。講師は看護師の阿部が担当します。まだまだ暑い日が続きますので、熱中症について知り、今年の夏をのりきりしましょう！

8/25は外部講師をお招きし、ネイルアートを行います。自分好みにデザインしたり、プロのネイルも体験できます。ネイルが初めての方も一緒に楽しみましょう。



※詳細は予定表をご覧ください

## 【うつ病リワークプログラム】

当院では、うつ病の治療だけでなくリワークプログラムを実施しています。リワークプログラムは、うつ病で休職中または再就職を目指す方の復職と再休職防止を目的としています。他院通院中の方も受け入れ可能ですので、ご相談下さい。

### 離職コース

うつ病の離職者向け再就職支援プログラムです。認知行動療法・グループワークを中心としたプログラムを行い、**再就職**を目指します。

対象：うつ病  
(病名については心相談)  
通所日：月曜日～金曜日のうち週3日以上  
期間：最長1年間  
人数：15名前後  
費用：自立支援医療利用の場合1回800円程度

※復職まで時間のない方の受け入れも可能となりました。また、復職者コース希望の方で参加まで間がある方も離職者コースに参加が可能です。

### 復職コース

うつ病の休職者向け復職支援プログラムです。認知行動療法を中心とした2ヶ月1カールの短期集中プログラムを行い、**復職**を目指します。

対象：うつ病  
通所日：火曜日～土曜日のうち週4～5日  
人数：10名前後のグループ制  
費用：自立支援医療利用の場合1回800円程度

※現在10月からの参加者を募集中です。  
※プログラム説明・申し込み案内は随時受け付けておりますので、まずはお電話下さい。