

【初診担当医】完全予約制

月	火	水	木	金
午前(安藤) 午後(小泉)	午前(牛島) 午後(月岡)	午前(櫻井)	午前(上平・浅沼)	午前(院長・武重)

【再診担当医】予約制

	月	火	水	木	金	土
午前	院長 西澤 武重 佐藤	安藤 上平 橋本 佐藤	牛島 安藤 武重 橋本 小泉	院長 櫻井 西澤	月岡 小泉 橋本	長谷川(第1,2,3,5) 上原(第1) 島谷(第3) 稲田(第2) 橋本(第2,4) 池上(第4)
午後	櫻井 月岡 浅沼	武重		橋本 浅沼	牛島 斎藤	

●感染予防対策のお知らせ

当院では、感染予防対策として自動検温の実施、マスク着用及び手指消毒をお願いしております。ご来院時に発熱が確認された場合は、お車での待機・専用診察室へご案内しております。



医療法人友愛会
千曲荘病院
認知症疾患医療センター

精神科・心療内科・神経科

〒386-8584

長野県上田市中央東4-61

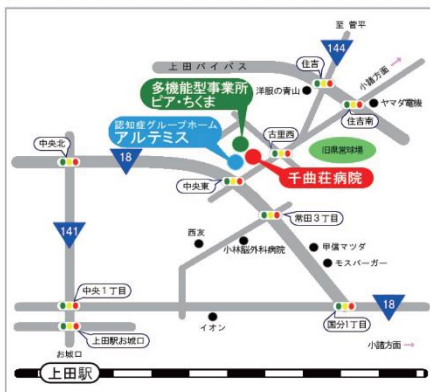
☎0268-22-6611

外来受付時間(月~土曜日)

午前8:30~11:00 午後13:00~15:00



TIKUMASO
HOSPITAL



千曲荘病院

検索

付属施設

- 認知症疾患医療センター
- 訪問看護ステーション「ポプラ」
- 院内保育所「ひよこの家」
- 認知症対応型グループホーム「アルテミス」
- グループホーム「のぞみ」(第1、第2、第3)、「太郎」
- 院内美容室「ヘアサロン・クレ」

関連施設

- 多機能型事業所「ピア・ちくま」
長野県上田市住吉 167-1
☎0268-25-2000 FAX:0268-25-2427
- 生活訓練、宿泊型生活訓練ピア・ちくま、就労継続支援B型「千曲工房」
地域活動支援センター「オアシス千曲」、相談支援事業所「やすらぎ」

あなたの
こころの



お医者さん 第3号



人は作業をすることで元気になる

日本作業療法士協会のキャッチコピーの一つです。今回のテーマに言い換えると、「人は仕事をすることで元気になる」。私は、その通りだと思います。仕事をすることで、社会とのつながりを感じ、人とのつながりを感じ、自分の成長を感じ、心身ともに豊かな生活を送ることができます。もちろん、仕事は楽しいことだけではなく、うまくいかず失敗したり、誰かに怒られて落ち込んだり、忙しくて疲れたり、と大変なこともたくさんあります。

千曲荘病院 作業療法士 河埜 康二郎

それを地道に一步步つ乗り越えていった先に、大きな喜びがあります。

私たち医療法人友愛会は、障害があってもなくても、誰もが仕事をする機会があり、多くの方が心身ともに豊かな生活を送ることができる地域や社会を作っていきたいと願っています。

本誌では、テーマを「就労支援」とし、患者さん一人ひとりの“働きたい!”を叶えるための、医療や福祉の支援についてご紹介します。多くの方の背中を押して、希望に向かって進むための一助になれば幸いです。

あなたは、働くことをどのように考えますか。

就労支援

働くことは、働く人の数だけ意義がある。

働くことで得られること

目標	自尊	人生を豊かにする
自信	希望	社会奉仕
充足感	報酬	達成感



お薬を飲みながら、働くことは大変ですが、「働くこと」で社会貢献や生きがいを感じられます。

あなたはどのようなスタイルで働きますか。

その前に 働く準備はできていますか？
あなたの状態は…？

step ①

【自己点検】	働く意欲	E							F
	基礎体力								
	自己管理								
	作業能力								

step ②
働いていくためのスキル(技術)も大切。
体力をつける
まずは働くリズムと

- 日常生活の習慣化
生活リズムが整い、食生活、身だしなみなどが出来ること
- 対人関係
会話、つきあい、穏やかな表情、声意表示 動作 etc
- ストレス耐性
ストレス回避の対処法
ストレスのコントロール

それ以上に
①仕事を覚えようとする意欲
②失敗してもメゲない気力が大切

チャレンジね！

障害のある人の働く形態

一般就労

一般就労を目指す方
デイケアジョブコース
トレーニングがお勧めです。
様々な体験ができます。

福祉的就労

福祉的就労
個人の事情に合わせた
働き方が選べます。
千曲工房という選択肢

働くことは、生活の一部の社会的活動となります。同時に自分の弱点(障がい)と、自分の出来ること(能力)を知る過程から自尊心を高め、新たな生活設計をしていくことが大切です。

ジョブコース 一般就労

ハローワークなどの専門機関と連携したデイケアの
就労支援プログラムです。

	月	火	水	木	金
プレプログラム	今週の目標 情報交換	ウォーキング	個人発表	ウォーキング	個人発表
午前プログラム	グループディスカッション	クラブ活動	メタ認知 トレーニング	働くための 心構え	屋外運動
午後プログラム	ビジネス マナー	病気との 付き合い方	私の取り扱い 説明書づくり	人付き合い (SST)	個別面接
個人課題	個人発表 準備	個人発表 準備	個人発表 準備	求人検索	求人検索



① 日替わりの時間割
それぞれの方にとって必要なプログラムを受講していただけます。(個性性)

次の目標を見極め、どのあたりが課題になるか確認しながら進めることができます。

基本的な課題

コミュニケーション他
作業能力 ストレス耐性
その他の支援

マッチング支援

自分ができること、やりたいこと、それに見合う職場を探し一緒に検討します。

働く方のサポート

③ 終了判定
決められたプログラムを終了すると(終了判定を受けます。)就職活動などの実績となりますね。

ハローワーク上田・上小園域
障害者就業・生活支援センター
SHAKEの支援も受けられます。
各窓口での相談、電話での相談、定期的な会議での状況確認などサポートも充実しています。
病院の担当者も引き続きサポートチームに入りますので安心です。

働くあなたを
チームでサポート
してくれるよ

これまでの実績

ジョブコースは7年間で100名以上の方の就労の支援をしてきました。地域で働き自己現実を達成されています。

千曲工房

千曲荘病院に隣接して千曲工房
(就労継続支援B型)があるよ。

千曲工房ってどんなところ？

働き方はいろいろ…

B型事業所は、一般企業で働くことが難しい
障害がある方が働ける場所です

どのような
作業をしているの？

作業内容は？…

おせんべいの袋詰め、車の部品の検査
合同庁舎の清掃、印刷製本、農業、
売店(販売)など

作業時間は？… 平日：午前9:00～午後3:30
1単位：作業45分 休憩15分
午前：2単位 午後2単位
慣れるまでは1単位から始められます。

作業の紹介

千曲工房からのメッセージ

仕事は仲間を作ったり、自己評価を高め、新たな体験につながります。しかし、良い体験ばかりではありません。乗り越えなければならない壁もあります。

ストレス要因

- 仕事のペース
配分が苦手なこと
- 疲れやすいこと
- 周囲の評価に敏感
になること
- 息抜きが苦手なこと

これらが要因で体調を崩すこと
もあります。

千曲工房では
あなたのペースで働いてける
よう応援します。

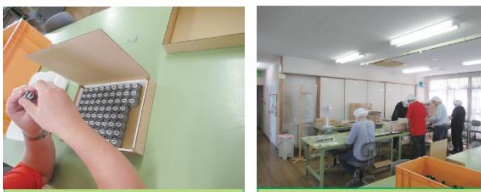


ジャムも製造販売しているよ!!



売店(販売)

農業



車の部品の検査

お煎餅の箱詰め作業

それぞれの働くスタイルを応援します。 体験談

【ジョブコース】

最初はデイケアに毎日通うこと
自体が非常に難しかったです。
でも、どうやったら毎朝ちゃんと
起きられるかとか、日々の悩みを
スタッフに相談しながらなんとか
生活を立て直すことができ、
ジョブコースも毎日参加することが
できるようになりました。それが
就職にもつながりました。
(30代女性)



【ジョブコース】



前の職場では人間関係がうまくい
なくて、辞めたんです。今は介護職と
して働いており、利用者様の食事の介
助、部屋のお掃除や排泄介助などをし
ています。ジョブコースでスタッフと
面談するなかで、これまでの経験を活
かせる仕事をしたいと相談しました。
それがきっかけで今の職場に巡り会
えました。
(20代男性)

就労継続支援B型 千曲工房

○まだ自分は就職する準備がで
きていないので、ここで作業し
ています。

質問

- 工賃はどのくらいになりますか？
- 利用するにはどのようにしたらよいですか

詳しくは
千曲工房まで



「仕事をしたい!」

でもまだ一度も仕事に就いたことない、
どうしたらよいかわからず不安という方へ

デイケアのジョブコースや福祉的就労の千曲工房は
自分のペースで始めることができます。生活リズムを作り、
仕事をする準備を始めることができます。
医療福祉専門チームが働くことを応援します。

医療法人友愛会

千曲荘病院

ウェブ検索

