

# ストレスケア入院の対象

- 気分障害
- 神経症性障害、ストレス関連障害
- 統合失調症の短期入院患者
- その他、ストレスケア目的の入院患者

## 2-2病棟 ストレスケア プログラム

### 曜日別の週間プログラム

月

- 棟内作業療法(13:30~)
- 入浴

火

- ヨガ(13:30~)

水

- 棟内作業療法(13:30~)
- 入浴

木

- 棟内作業療法(13:30~)

金

- 棟内作業療法(13:30~)
- 入浴

土・日

- 疾患教育、SST、リラクゼーション

### 選べるプログラム

ハンドマッサージ (メディカルアロマセラピストが面談します)

- 手のマッサージを行います。

フットマッサージ (メディカルアロマセラピストが面談します)

- 足を清潔にして、マッサージを行います。

芳香 (メディカルアロマセラピストが面談します)

- 部屋のなかでアロマを焚いてリラックスできます。(個室のみ)
- アロマの香りをふりかけてリラックスできます。

### 医師の指示が必要なプログラム

棟外作業療法

- 作業療法棟で行っている作業療法です。皮工芸・裁縫・インターネットなどができます。午前9:00ごろから行います。

服薬指導 (医師の指示が必要になります)

- 現在服用しているお薬の説明を行います。

栄養指導 (医師の指示が必要になります)

- 栄養に関する相談をします。

心理検査 (医師の指示が必要になります)

- 臨床心理士により心理検査や心理相談を行います。

#### 【棟内作業療法メニュー】

塗り絵などの机上作業、卓球、カラオケ、映画鑑賞があります。  
毎月第3月曜日は、音楽療法があります。

様 週間予定表

主治医

看護師

月曜日  
月 日

火曜日  
月 日

水曜日  
月 日

木曜日  
月 日

金曜日  
月 日

土曜日  
月 日

日曜日  
月 日

棟内作業  
入浴

ヨガ

棟内作業  
入浴

棟内作業

棟内作業  
入浴

ハンド  
マッサージ

フットケア

芳香

疾患教育

ハンド  
マッサージ

フットケア

芳香

疾患教育

芳香

棟外作業

芳香

棟外作業

芳香

棟外作業

芳香

棟外作業

芳香

棟外作業



服薬指導    月 日 曜日    :    ~

栄養指導    月 日 曜日    :    ~

心理検査    月 日 曜日    :    ~

※ プログラムは、場合により変更されることがあります。

※ 療養上のことで、ご質問等ありましたら看護職員にお尋ねください。

# ヨガセラピー

ヨガは、身体の歪みを軽減させ筋肉をほぐし、自然と深い呼吸が出来るようになり、全身の血行の促進や新陳代謝を活発にさせる効果があります。また、ヨガの呼吸法は通常の呼吸よりも多く酸素を身体に取り入れ副交感神経優位とし、リラックス効果が得られます。

# アロマセラピーをご希望の方へ

当院のメディカルアロマセラピストにより、あなたの希望に沿った精油を調合いたします。  
ご希望の方は、看護師にお声かけください。

レモングラス

ひのき

ラベンダー

ゆず

オレンジ

ペパーミント

ローズウッド

イランイラン