

■対象者

- 規則正しい生活リズムを整えたい
- 家に閉じこもりがちなので、外出する
きっかけが欲しい
- 気持ちが休まる居場所が欲しい
- 話し合える仲間が欲しい
- 困った時の相談窓口が欲しい
- 1人では出来ないことをしたい
- 適度な運動で体を維持したい
- 楽しみを見つけたい
- 病気の再発を防ぎたい
- 病気と上手く付き合いたい



■スタッフ構成

- ▶作業療法士
- ▶看護師(助手含む)
- ▶精神保健福祉士

それぞれのスペシャリストが専門性を活かしながら、
チームとなってサポートします。

■通所費用

各種健康保険が適応です。
「自立支援医療」の利用で1割負担となります。
申請方法をご相談下さい。

- ▶午前のみ：約400円/日
- ▶午後のみ：約400円/日
- ▶一日参加：約800円/日(昼食代込)

■お問い合わせ

〒004-0041
札幌市厚別区大谷地東5丁目7-10

医療法人 重仁会 大谷地病院

生活サポートセンター[LIFE SHIFT]内

リラックス・スペース [あずまや]

☎011-891-8833



(生活サポートセンター[LIFE SHIFT]内)

リラックス・スペース
[あずまや]



大谷地病院 ライフシフト

検索

■通所までの流れ

相談

・関心のある方 → 主治医へ相談

説明

・詳しい説明 → 担当者よりオリエンテーション

体験

・日時を決定 → 実際に体験(2回まで)

開始

・継続通所を希望 → 正式通所スタート

■スケジュール

▶実施:

月曜日～金曜日(土日祝休み)

※希望プログラムの実施時に合わせて下さい。

▶参加時間:

①午前のみ ②午後のみ ③一日参加

※希望プログラムに合わせて、変更できます。

▶タイムテーブル:

9:30～10:00	開始ミーティング
10:00～11:30	プログラム①
11:30～13:30	昼食・昼休み
13:30～15:00	プログラム②
15:00～15:30	終了ミーティング

■サポート内容

▶リラックス・スペース [あずまや] では、

- ① 安心して過ごせる 「居場所」 を提供し、
- ② 人との 「コミュニケーション」 を応援し、
- ③ 一緒に 「楽しむ」 体験を通じて、
- ④ 心身の 「健康」 をサポートします。

※詳細は「プログラム表」をご覧ください

