

現在の【生活や生き方】に

満足していないあなた…

【NEW LIFE】と一緒に

(新しい生活・生き方)

デザインしてみませんか？

【LIFE SHIFT】は

あなたが【行動】を

起こすためのサポートをします。



■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 ▶公認心理師

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。

▶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)

申請方法をご相談下さい。

■お問い合わせ（平日 9:00～17:00）

〒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

① スポーツ・カルチャー【あつぷ】

☎011-891-3783

② 高齢者元気あつぷくらぶ【なつめ】

☎011-891-3783 (担当:藤澤)

③ リラックス・スペース【あずまや】

☎011-891-8833

④ 就労準備相談窓口【job】

☎011-891-8833 (担当:前田)

⑤ リワークプログラム【FROG】

☎011-891-8830



生活サポートセンター
【LIFE SHIFT】
(ライフ シフト)



大谷地病院 ライフシフト

検索

■セクション紹介（5本の柱）

① スポーツ・カルチャー [あつぷ]

■主目的: [楽しむ] [ふれあい] [居場所]

スポーツや創作活動などの趣味的活動より、まずは、行動を起こすための初期段階として活用しやすいセクションです。活動を通して、仲間作りや集団への適応を促し、生活リズムを整えます。

② 高齢者元気あつぷくらぶ [なつめ]

■主目的: [居場所] [ふれあい] [楽しむ] [健康]

高齢者特有の心身の悩みを緩和するプログラムを通じて、同年代の仲間作りを応援します。医療保険適応の通所リハビリテーションとして、介護サービスだけでは担えない日中活動としてサポートします。

③ リラックス・スペース [あずまや]

■主目的: [居場所] [ふれあい] [楽しみ]

まずは、自宅以外の「心休まる」「ゆとりある居場所」を提供し、生活リズムの安定を促します。一緒になって生活目標を具体的にし、集団への適応や充実した生活を送れるように、無理のないサポートを行います。

■サポート内容（6つの目的）



④ 就労準備相談窓口 [job]

■主目的: [働く] [自己理解] [行動]

あなたの「働きたい」を応援します。自分自身の特性を理解しながら、具体的な方法や手段と一緒にデザインしていきます。集団療法(心理教育)の実施や他セクション(福祉含む)と連携してサポートします。
※在籍期間は、原則1年間とします。

⑤ リワークプログラム [FROG]

■主目的: [働く] [自己理解] [復職] [再発予防]

うつ病などによる休職中の方で、「職場への復帰」を希望される方を対象としています。今までの自分自身を振り返り、健康に働けるように生活と仕事の程よいバランスを見直します。
※定員は12名。開始までに待機期間を要す場合もあります。