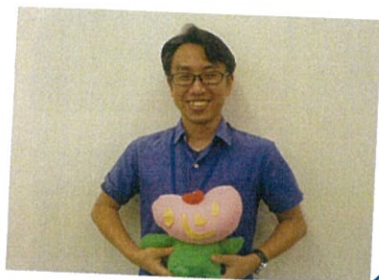


プレワーク通信(秋号)



藤田室長のメッセージ

これからどうしていきたいか、どういう仕事に就きたいか
スタッフと一緒に感じて課題を見つけたい。来
てもらって安心・安全を感じてもらいたい。
スタッフ全員で全力で応援していきます。

秦野病院精神科デイケア室長
精神保健福祉士 藤田室長

プレワークQ&A

- Q1 週何日通所していますか？
週2～3日
- Q2 通所にかかる時間は何分ですか？
15分～90分
- Q3 通い始めた動機は何ですか？
・就職したいから
・医者に勧められて
- Q4 好きなプログラムは何ですか？
フィジカルトレーニング
(フィットネス、ダンス、ヨガ)
- Q5 将来、かなえたい目標を教えてください。
・仕事をしている
・コミュニケーション能力をあげたい

学ぶ

CBT: 認知行動療法 頭に働きかけストレスを軽くする
IPT: 対人関係療法 ズレが少ないコミュニケーションを作る
SST: 社会生活技能訓練 自分の感情を上手く伝える訓練

体力作り

ダンス ヨガ 卓球

実践

広報紙作り 料理



秦野市とは名水、登山、温泉が有名な街です。



DC

プレワーク通信 秋号!!

プレワークって何?

Q. どんな人におすすめ?

A. 働くための準備をしたい人
コミュニケーションに自信のない人
生活リズムや体力を整えたい人

コミュニケーションや自分の考え
などを学ぶプログラム

きれいな施設
(意外と新しいです)



休憩時には楽しく卓球



フィジカルトレーニングやヨガで体力アップ



おいしいお弁当
(無料です)



Q. プレワークに通ってどうだったか

A. プレワーク内外でメンバーの色々な考えに触れることが出来た
昔とてもまたたかく受け入れてくれて認められた感覚があった
コミュニケーション能力がどのように回復・成長したと思う
個人的には卓球で体力が付いた仕事への不安の一つ
が解消した

