

木更津メンタルクリニックショートケア OB会

とまり木

はるばる遠い北の国から、越冬のため日本に渡ってくる渡り鳥。長旅をしてきてふと見えた大きな“すずかけの木”。見れば、少し前に出発していた知り合いの鳥の姿が・・・！隣の枝に羽をおろし、話し始めたのはこれまでの旅の話。台風に遭遇したこと、おいしい魚にありつけたこと、家族・友達と励まし合いながら、ここまでできたこと…日常の中で少し足を止め、とまり木で心休まる時間を過ごしに来ませんか？

1月のとまり木では 4 名の OB の方が参加されました。近況報告では「一人暮らし」「引っ越し」の話題が報告され様々な情報交換をする時間となりました。久しぶりに行った卓球ではスタッフも参加して、ほど良い疲労感と共に楽しい時間を過ごす事が出来ました。今回はゲームを行います。木更津メンタルクリニックのショートケアを卒業され、職場復帰をされた方々。順調に仕事に従事しておられる方もいらっしゃるでしょう、思うように身体や気持ちがついていかずに、苦労されておられる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

このプログラムは、復職されている方が、仕事を継続していけるよう支援するグループ活動です。実際に復職した現場で、案外うまくいっている話、早速やらかしてしまった話、やってみたら意外と苦労している話など、同窓会のような気持ちで、気楽に参加し、話してみませんか？

ショートケアで復帰を共に目指した仲間と再会することで、息抜き、また明日への活力となる時間を過ごせたらいいと考えています

対象者	木更津メンタルクリニックのショートケアを卒業した方。	
参加申し込み	前日までに、クリニックへお申込み下さい。 TEL 0438(22)7661	
日 時	2ヶ月に1回 土曜日の午後2時～4時 ☆ 第69回 2025年3月22日(土) *次回の予定はホームページをご確認ください。	
場 所	木更津メンタルクリニック 4F デイケアルーム	
内 容	グループミーティング ・ ゲーム	
スタッフ	医師、看護師、臨床心理士、精神保健福祉士	
料 金	自立支援医療適用(1割)	340円
	各種医療・健康保険(3割)	1,030円
	自費(10割)	3,400円
	※通院先が当院以外の方は、自立支援医療は適用できません。	
当日の流れ 持ち物	2F受付にて、①診察券、②保険証、③千葉・通院ノート (自立支援医療を利用している方のみ)を提出し、会計を済ませてから4Fへお上がり下さい。終了後は、4Fにて解散となります。室内履き・飲み物は各自持参して下さい。	

◆ご利用にあたっての注意事項◆

当日の体温測定、マスクの着用、手指の消毒の実施をお願い致します。

また体調不良時の参加はご遠慮下さい。 木更津メンタルクリニック