



統合失調症をもつ みなさまへ

かんたん統合失調症教室

～ 病気と上手につきあって、一歩前へ～



月1回・全10回 少人数でゆっくり、やさしく行います。

医師の話

- ・ 病気とリハビリの基礎知識
- ・ 慢性の症状とのつきあいかた
- ・ 再発のサインと対応
- ・ 利用できる制度



みんなで話そう

世代別クラス編成



病気のことも、
それ以外のことも、
クラスメートと気楽に
話しましょう。

追加講座

上記10回の教室に加えて、ご希望の方が追加できます。(追加講座のみのお申込みはできません)

- ① 幻聴対処講座・・・ 慢性の幻聴との付き合い方をみんなで学びます。全5回
- ② 妄想対処講座・・・ ときどき出てくるつらい被害妄想への対応を考えます。全4回

テキストをホームページで公開中

岡本クリニック メンタルケア室

メンバーの知恵と工夫をブログで発信中

4コマ漫画 統合失調症との付き合い方



実施者 精神科医 岡本 慶子

長くつきあう病気と出合ったときに大切なことは何でしょうか？たとえば少年期に発症し日々の注射と体調管理が欠かせない「1型糖尿病」の場合、患者さんたちは病院の枠をこえた学習会で病気とのつきあいかたを学び、仲間と出会う機会を。そんな思いで実施しています。

精神保健指定医 日本精神神経学会認定精神科専門医

1997年から2009年まで京都市こころの健康増進センター
デイ・ケア課にて精神科リハビリテーション、集団療法、心理教育に従事。
2011年より当室室長。

転院せず、いまの治療と併用してください。
健康保険適応。自立支援医療(精神通院)が
主治医機関やデイケアと併用できます。

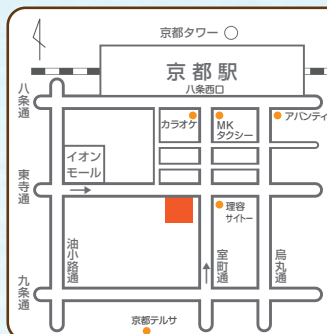
対象

統合失調症のため半年以上通院中で、主治医の同意の
得られるかた。(10代～およそ60才未満)
できるだけ10回とおして各2時間参加できるかた。

日程

2018年6月から2019年3月
月1回 平日 午後1:30～3:30

- 曜日・日程はクラス編成時に決まります。
- 都合のつかない日のある方はご相談ください。



岡本クリニック メンタルケア室
JR/近鉄/地下鉄 京都駅 徒歩4分

※通常の精神科外来はありません

申込
方法

まずはお電話ください

※説明会(4月・無料)のご案内をします。

説明会 ▶▶▶ 主治医と相談 ▶▶▶ 申込み

Tel. 075-200-2060

電話受付/平日 9:00～13:00

岡本クリニック メンタルケア室
〒601-8048 京都市南区東九条中殿田町 11-2
お問合せメール okamoto.mental@70.ro
http://www.eonet.ne.jp/~okamoto-mental