

## ご利用にあたって

- ご希望をお伺いしながら、こちらからも必要と思われるプログラムをご提案させていただきます。
- プログラムは定員もあるため、すぐには開始できないものもあります。ご了承ください。

## ご利用期間

利用期間は、断酒学習プログラム終了時にスタッフと相談させて頂きます。また、学習のみでなく、運動プログラムとセットでの提案もさせて頂きます。

その後は、ご希望に合わせて断酒会や青春のつどいなどの紹介をさせていただきます。

## ご利用までの流れ

1

主治医に相談していただきます。  
外来作業療法のオーダーを出してもらいます。

2

担当者から連絡があります。その後、初回アセスメントをさせていただきます。ご都合により、後日でも可能です。

3

必要なプログラムを検討させていただきます。

4

プログラム参加の日程の連絡をさせていただきます。

## 他院をご利用の方は

主治医の情報提供書が必要となりますので、主治医にご相談ください。受診のご予約が必要となりますので、当院の地域連携室(TEL:089-925-3394)にご連絡ください。

詳しい治療の内容は中面でご紹介しています。

## 費用

☆依存症集団療法は、金額が異なります。

	全額負担 (10割負担)	保険適応 (3割負担)	自立支援 医療 等 (1割負担)
自己 負担額	2200円	660円	220円

### お問合せ

TEL 089-925-3211 (病院代表)

担当: 作業療法係 または 地域連携室まで

(受付時間 8:30~17:00)

### 場所

施設名: 一般財団法人 創精会 松山記念病院

住所: 〒791-8022 松山市美沢1丁目10番38号

活動時間: 月曜~金曜 13:30~15:30

休み: 土曜・日曜・祝祭日

### 交通機関

JR松山駅から

〈伊予鉄バス〉観光港、運転免許センター  
行きのバスに乗車 病院前下車

松山市駅から

〈伊予鉄郊外電車〉伊予鉄道高浜線乗車、  
「衣山駅」下車、東に徒歩10分

〈伊予鉄市内電車〉環状線に乗車、  
「萱町6丁目」下車・西へ徒歩10分

〈伊予鉄バス〉「松山観光港」「運転免許  
センター」行きのバスで「病院前」まで約  
15分

元気になりたい。を応援します。

# 外来 リハビリテーション 依存症治療プログラム ～アルコール編～



一般財団法人 創精会  
松山記念病院 作業療法係

## 作業療法とは

作業活動を通してその人にとってより良い生活が送れるように指導・援助を行なうリハビリテーションのひとつです。

アルコールプログラムも、学習のみでなく運動、生活での工夫なども考えていきます。生活習慣病予防や人との交流を通して、心と体の回復を目指します。断酒会等との交流も進めています。

## 週間プログラム

時間 13:30～15:30

曜日	内容
月	ARP(断酒学習プログラム)
火	第1.3.5 → 依存症集団療法 第2.4 → オンライン例会
水	
木	ARP(ミーティング)
金	
土	ARP(ミーティング) (毎月第4土のみの開催) 9:30～11:30

## プログラム

### ＜ARP(断酒学習プログラム)＞

前半は飲酒欲求のチェックを行います。この1週間でどのような時に飲みたくなったか、その時にどのような工夫や対処ができたか、話していきます。

後半はワークブック(SMARPP:物質使用障害治療プログラム)を使用して病気のこと、生活での注意点などを学んでいきます。認知行動療法で気分が楽になる考え方や元気になる行動も学習します。アルコールが身体に及ぼす影響についても学びます。1クール3ヶ月(12回)で終了です。

### ＜ARP(ミーティング)＞

前半は1週間をどのように過ごせ、次の1週間をどうしていくかを話します。後半は座談会でお互いの思いを重ねていきます。ひとりひとりが話すことで参加者同士が認め合い、思いを語ることのできる場です。話し合う経験が増えることで、断酒生活が繋がっていくことを目指します。プログラムは、認知行動療法の一部を取り入れています。

### ＜依存症集団療法(学習プログラム)＞

今までにアルコール依存症治療あるいは学習を行った経験がない方(初心者)を対象にしたプログラムです。学習テキストに沿ってアルコールに関する様々な問題(心身に及ぼす悪影響等)を学びます。

### ＜オンライン例会＞

全国各地の断酒会所属の当事者、病院で入院治療中の方やデイケアに通所している方を対象にしたオンラインによる酒害体験発表(例会)に参加します。話を聞いたり、発表したりします。例会後にアフターミーティングを開いています。

## 参加の流れ



本館2階活動室で実施しています。13:20までに、受付をして窓口前でお待ちください。スタッフが迎えに行きますので、共に活動室まで移動します。活動終了後もスタッフと共に窓口まで戻ります。その後に会計をお願いします。

## こうなりたい！

- ・アルコール依存症について知りたい。
- ・家族に心配をかけたくない。
- ・飲酒問題を整理して、今後の生活につなげたい。

- ・自分の思いを聞いてほしい。
- ・活躍の場が欲しい。
- ・ひとりでは、つい飲酒をしてしまう。一緒に断酒を続けていきたい。

## 自助グループについて

「断酒会」や「A.A」と呼ばれる自主グループの他にも、各地域で活動している自助グループがあり、参加することで飲まない生活を続ける一助となります。

アルコールをやめ続けるためには「もともとアルコールを飲んでいたけれど今はやめている」という仲間を作ることも大切です。

自助グループの案内もおこなっておりますので、興味のある方はスタッフまでご相談ください。