

## 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すすめ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、治療過程によって異なります。

## 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、オリエンテーション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相談、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

各種 医療保険が適応されます。

☆専門療法は、金額が異なります。

### お問合せ

TEL 089-925-3211 (病院代表)

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

リハ11号

あなたしさ。を応援します。

# 外来 リハビリテーション ～児童・思春期編～



一般財団法人 創精会  
松山記念病院 作業療法係

## 当院のリハビリテーションは

当院の児童思春期外来では、遊びや作業活動を通じて『心を元気にする』作業療法(OT)を行っています。

同年代の少人数グループの中で、楽しみながら気持ちを言葉にしたり、お互いを認め合ったり、自分の良さを見つけたりすることを大切にしています。

その子らしさを大切にしながら、無理のないペースで取り組めるようサポートし、心や体の成長につながるよう支援します。

定期的に通うこと、続けることで、生活リズムが整いややすくなり、安心してすごせる毎日につながっていき、安定した生活を送れることにつながればと考えています。

## 週間プログラム

時間割：① 9：15～11：15  
②13：00～15：00  
③15：00～17：00



曜日	内容
月	③個人療法
火	①OT広場 わかば（小学生） ②OT広場 すずらん（中学生～）
水	①個人療法 ②OTグループ あおば（中学生～） ③OT広場 まきば（第2・4のみ）
木	なし
金	②OTグループ すみれ（高校生～） ③個人療法（高校生～）

## 参加の流れ

予約時間までに、受付を済ませ医事課前で保護者の方と一緒に待ちください。スタッフが送迎をします。（診察がある場合は外来窓口にお立ち寄りください。）終了後は、医事課受付に青ファイルを提出してください。

## 各プログラムについて

### OT広場 わかば

対象：小学生

遊び、ものづくり、絵を描くことなど、子どもが楽しく取り組める活動を通じて、運動や感覚の育ち、コミュニケーション力や社会性の発達をサポートしています。

ルールのある遊びを通して、他の子と関わることや、仲間と一緒に活動する楽しさを少しずつ感じられるよう、スタッフが間に入り一緒に楽しんでいます。活動だけでなく、休憩やリラックスできる時間も大切にしながら、活動しています。



### OT広場 すずらん

対象：中学生 女兒

思春期は、心とからだが大きく変化する時期です。その中で、体調不良や不安、ストレスなどから、しんどさを感じやすくなることもあります。

この時間は、ゆっくりすごしたり、スタッフと話をしたり、ちょっとした活動に取り組んだりしながら、自宅以外の場所でも無理なくすごす練習をしていきます。



### OT広場 まきば

対象：小学生、中学生、高校生

スタッフと相談しながら、自分に必要な課題に取り組む時間です。悩みを相談しながら、運動不足やストレス解消を目的に軽いスポーツをすることもあります。必要に応じて、SSTに取り組んだり、つらい気持ちや困り事への対処ができるようになるためのワークを提供します。



### OTグループ あおば

対象：小学6年生～中学生

毎回、あらかじめ決められたテーマに沿って、スタッフや他の参加者と交流しながら過ごします。その中で、人の関わりがある場所でも無理なく過ごすこと、人付き合いに少しずつ慣れながら社会性を学んでいきます。月2回は、SST、その他の中は、ボードゲームや軽いスポーツを取り入れています。



### OTグループ すみれ

対象：高校生以上の学生



毎月第1・3・5金曜日に開催しています。SST、認知行動療法、レクレーションを通して、ストレスマネージメントや自己理解を深めながら、心と体のバランスを整えていきます。

無理なく社会の一員として過ごせるよう、自分の強みを知り、他者との関わりの中で自分しさを発揮できるよう支援します。

また、年に数回のボランティア活動に取り組み、「自分にもできる」「誰かの役に立てた」という自己効力感を育むことも大切にしています。

## SST（社会生活スキルトレーニング）の時間について



「ちょっと人づきあいが上手くいかないなあ」そんなふうに感じたことはありませんか？SSTは、そんな気持ちを少しずつ楽にしていくための時間です。

社会生活スキルとは「人づきあいのコツ」や「コミュニケーションの力」とも言えます。日常でおこりやすい場面をイメージしながら、スタッフや仲間と一緒に練習していきます。無理に話したり、うまくやろうと頑張りすぎる必要はありません。

人と関わることを「苦にならない」「怖くない」と感じられよう、少しずつトライして自分の力にしていく機会をもってみましょう。

## 利用者の声！

人と無理なく過ごせるようになった

表情がよくなった



自分の強みが見つかった

相談できる場が増えた

話ができるようになった