

精神科・心療内科
ストレスケア義村クリニック
〒810-0041
福岡市中央区大名2丁目4番30号
西鉄赤坂ビル8階
TEL 092-738-8651
FAX 092-738-8652

<http://www.stresscare-yoshimura.com/>
(“義村クリニック”で検索できます)

<診療時間>

9:30~13:30・14:30~18:30

(木・土は9:30~13:30のみ)

(初診は1時間程度かかります。必ず予約をしておいで下さい)

<アクセス>

福岡市営地下鉄一号线赤坂駅4番出口真上

西鉄バス赤坂門又は大名2丁目バス停からスグ

* 天神から地下鉄1駅(天神から徒歩で約10分)

* JR博多駅から地下鉄又はバスで約10分

* 駐車場 西鉄赤坂ビルに有料駐車場有り



ストレスケア義村クリニック

診療案内



当ストレスケア義村クリニックでは、患者さんの「ストレスケア=心の健康」を願って、通常の診療に加え、新たな取り組みをしています。

心のデイケア・リワーク

うつ病の集団認知行動療法

カウンセリング

上記のいずれも当クリニック以外通院中の方、特に治療を受けていない方も参加可能ですが、通院中の方は原則的には主治医からの紹介状が必要です。参加の可否については当クリニックの医師が診察して判断させていただきます。

地下鉄赤坂駅の精神科・心療内科
ストレスケア義村クリニック

<http://www.stresscare-yoshimura.com/>

院内の様子(写真上は受付、下はデイケア室)



心のデイケア・リワークのご案内

退院後間もない方、あるいは入院するほどではないが自宅での生活や社会復帰、就職には今ひとつ自信がない方々を対象に基本的な生活リズムを作るためのリハビリテーションの場として「心のデイケア」を提供しております。安定した生活、充実した生活を送るためにどうぞご利用ください。

また、休職中のうつ病等の患者さんたちの中には精神科、心療内科への普通の外来通院治療（従来の薬物療法や短時間の精神療法）ではなかなか改善せず復職が難しい方々がおられます。そうした患者さんたちを対象に集団で復職支援を行うものを「リワーク」と言います。「リワーク」が必要な方の場合、「心のデイケア」の中でいくつかのプログラムを別にして活動しています。

いずれにしろ、何よりもまず朝、就労出来る時間に起きられるなど規則正しい生活が出来ていることが前提ですので、患者さんの状態によっては「リワーク」を希望されてもその前に「心のデイケア」で生活習慣の立て直しから始めて頂く場合もあります。

当院の心のデイケア・リワークの特徴は規模が小さいこともありきめ細やかに対応できることです。まずデイケア導入時にデイケア担当の心理士が1時間程度の心理検査をしながらご本人と話し合い、コミュニケーションをつけます。そうすることでデイケアで急に見知らぬ人たちの中に入ることの緊張感を和らげることが出来ます。活動中に不安定になった時もすぐ隣の部屋で精神科医が診察していますので迅速に対応ができます。また当院では毎日朝晩、診療開始時と終了時の申し送り、週1回のスタッフミーティング、月1回

の運営連絡会議などにスタッフ全員が参加し患者さんの情報を共有するようにしています。

<実施曜日・時間・費用など>

毎週月・火・水・金（9:30～15:30）祝祭日は休み
*毎月のプログラムなど詳しい内容については当院ホームページ

（<http://www.stresscare-yoshimura.com/>）をご覧ください。

*費用は自立支援医療を使えば710円です。

うつ病の集団認知行動療法のご案内

認知（行動）療法とは、アメリカの精神科医 Beck 博士により最初にはうつ病に対して提唱された精神療法です。人は自分なりの思いこみから来るものの受け取り方や考え方（認知）により現実とずれを生じ、それ故、うつ病やパニック障害等様々な精神障害を起こすことがあります。それを再度、客観的に見直すことで抑うつ気分や不安感等の精神症状の改善を図るものです。治療効果はこれまでに多数の研究により様々な精神障害に対して確認されていますがアメリカでは薬物療法より評価が高く治療の第一選択と考えられるほどです。また、再発予防効果も薬物療法より優れているという研究結果もあり、現在、もっとも注目を集めている治療法です。

日本でも近年、NHK等マスコミの報道で広く取り上げられていましたが、ようやく平成22年度から診療報酬の対象（医療保険で治療可能）になりました。

しかし、診療報酬の対象になったとはいえ、現在は一人の患者さんに医師が30分以上の時間をかけて行わなければならないのにも関わらずそれに見合うだけの診療報酬ではないので一部の大学、医療機関などで

試験的に実施されているのみです。また、その技術を持った専門家もまだまだ数少ないのが現状です。

当院では数名の患者さんを対象に集団で認知行動療法を行います。個人よりも集団なので同じ境遇にある患者さんたち同士のコミュニケーションが新たな発見や良い刺激に繋がることがあり、非常に効果的と言われています。

うつ病で薬物療法だけでは治りにくい方、薬を飲まずに治したい方にお勧めします。

<実施曜日・時間・費用など>

毎週土曜日、参加人数により60分から90分程度の時間です。予約制ですので、募集期間を過ぎると参加は次の回までお待ちいただくことになります。早めの予約をお勧めします。

*全9回のセッションです（週1回計8回（約2ヶ月間）+1ヶ月後のフォローアップ）。

*費用は通常の三割負担で1020円、自立支援医療の適用の場合340円（個人差があります）です。

カウンセリングのご案内

心理療法室で、文部科学省認定の臨床心理士が対応します。患者さんとの対話を通じて、問題解決の方法を一緒に考えていきます。医師と連携して患者さんの心の健康に向き合います。

*費用は保険適用外となります。

30分5,250円、50分8,400円です。

ご予約時に、費用のうち2,000円の前金をお支払いいただきます。

当日キャンセルされた場合は返金しておりません。前日までのキャンセルで日程変更の場合は次のご予約の前金となります。