

# 鶴が丘だより

東京都町田市三輪緑山二丁目2133-1  
医療法人社団鶴永会鶴が丘ガーデンホスピタル  
院長 後藤 晶子  
電話 044(988)3121(内)

## 当院の作業療法(ハル)について

長く暑かった夏がようやく終わ  
り、過ごしやすいく日々になりまし  
た。皆様におかれましては、いか  
がお過ごしでしょうか。  
さて、当院では開設当初から現  
在に至るまで、作業療法・デイケ  
ア、家族教室・訪問・季節の行事  
等、様々な取り組みをしています。  
今月の鶴が丘だよりでは、当院  
の作業療法室のご紹介をいたしま  
す。

### 1. 作業療法とは



作業療法とは「自分らしさを  
取り戻すために「作業」を通して、  
心と身体を元気にするリハビリテ

ーションです。具体的には気分転  
換・生活リズムを整える・集中力  
を身につける・体力作り・コミュ  
ニケーションの機会を得る等を目  
的に行われています。

### 2. 当院の作業療法の歴史



当院の作業療法室は平成元年に  
開設され、今年で四半世紀を迎え  
ます。現在の新棟へ移動してから  
は五年が経過します。  
さて、冒頭の「ハル」という単  
語に首を傾げた方へ、その誕生秘  
話を説明します。

開設当初に患者様が命名しました。  
作業療法と堅苦しく呼ばず「ハ  
ル」という愛称があるのは当院ら  
しさのある良い所です。  
人気が「ハル」をはじめ、コーラ  
ス・映画・音楽・口と口といった趣  
味的な活動から、社会生活や退院  
後に必要な技術を学ぶ料理・ミ  
クラブ等を行っています。また、  
季節に合わせたお花見・七夕会・す  
いか割り・文化祭・クリスマス会  
等を行っています。  
近年では再発予防も含め、病氣  
や薬、社会資源へデイケア・ケル  
ー・プログラム等について学ぶ心理  
教育プログラムも充実しています。

統合失調症の方を対象にした退院  
応援ミーティング、うつ病の方を  
対象にしたストレスケアセミナー  
を実施しています。  
また、リラクゼーションプログ  
ラムとして月に一回ずつハブテ  
ィ・ヨガ・フットバスを行っています。



浴衣や法被を着て盆踊りをしている様子

### 3. プログラム参加にあたって

ハルは一ヶ月の間プログラム  
から構成されています。  
入院された方は必ず十分な休息  
を経たから医師の指示にて参加開  
始となります。プログラム見学の開  
後スタッフと相談し、予定を決め  
ます。その際、参加の目的や頻度  
を共有し、開始します。患者様の  
悩みは個々で異なる為、その目的  
も自ずと変わってきます。例えば  
「夜眠れず」に昼に寝てしまつた  
という方は「生活リズムを作る」が  
目的となり、「不安や焦りがある」  
という方は「何かに取り組み」と  
気分転換する」が目的になります。

