

## ご利用までの流れ

当院に通院していない方もご参加いただけます。  
まずは主治医にご相談ください。

### 主治医に相談

当院通院中の方

他院通院中の方

紹介状のご準備

オリエンテーション

利用  
開始

プログラムの参加  
居場所としての利用  
スタッフとの面談



## 料金について

### 1日利用の場合

自立支援医療制度(1割負担)利用で、約820円

### 半日利用の場合

自立支援医療制度(1割負担)利用で、約420円



## MAP



Google Mapで見る

右のQRコードを読み込むとGoogleMAPが起動します



### 水戸メンタル駅前分院

〒310-0015 茨城県水戸市宮町1丁目3-38 中村ビル7階

#### 電車・バスでの来院

JR常磐線 水戸駅下車、北口から徒歩1分。  
水戸駅北口を出て左側、中村ビルの7階が当院です。

#### お車でのご案内

※当院専用駐車場はございません。あらかじめご了承ください。  
お車でお越しの際は、補助券をお渡ししております。  
詳しくはスタッフまでお問合せください

### デイセラピーに関するお問い合わせ

☎ 029-239-5075



水戸メンタル駅前分院デイセラピー(精神科デイケア)  
<http://mito-mental.com/annex/subjects/daycare.html>

## 駅前分院 デイケアのご案内



# 水戸メンタル駅前分院 精神科デイケア



広々とした  
開放的な空間

## 駅前分院 精神科デイケア

水戸メンタル駅前分院では、集団での活動や、個人の作業での自己表現・自己理解のプログラムを実施しています。

そうした活動を通し、仲間づくりやアイデンティティの確立を図り、自分らしさや自分の可能性を見つけるきっかけ作りの場所として、幅広い年代の方々にご利用いただいています。



### 利用者様向け Free Wi-Fi

デイケアのエリアは、Free Wi-Fiを完備。プログラムでの利用や、ちょっとした調べものなど、インターネットに接続したい方はご利用ください。



集団でも一人でも。まずは自分らしい過ごし方からチャレンジ。お悩み事は精神科専門職のスタッフにご相談ください。



## プログラム紹介

代表的なプログラムをご紹介します。



### 創作アート

アート活動を通し、自己表現のトレーニング、集中力UPに取り組むプログラムです。ご自身の好きなもの、自分らしさを作品にのせて、自由に楽しく表現できることが目的です。毎週活動内容は変わりますので、新しい趣味づくりとしても有効です



### CBGT

集団で行う、認知行動療法プログラムです。ストレスになる考え方や、悪循環になる行動のクセを見つけて、新しい考え方や対処を習得していきます。ストレスへの対処法を身につけ、ストレス耐性を高めることが目的です。