



# リンクス スマイル通信

2017年3月27日発行  
リンクスマタルクリニック  
デイケア  
〒224-0001  
横浜市都筑区中川1-10-2  
中川センタービル303  
TEL 045-912-5851

2017年2月・3月号



## 3月 院長講演 ～幸せに生活するという事～

患者さん、ご家族が抱えている困っている事、悩まれている事は、その方の症状、取り巻く環境によって様々です。その抱えていることに対してデイケアで取り組むべきことや、「Well-being(ウェルビーイング)」(健康的でよい状態)を目指すために協同作業を進めていく事の大切さについて院長先生がみんなに講演を行いました。



プロジェクターを使って  
みんなに説明してくれました。



精神科医療では健康的で  
よい状態を目指す事が重要。



今後それぞれの目標を達成させる  
為に大切な事について学びました。



### 今月のお花

- ・ダリア・カーネーション
- ・かすみ草・テルフィニウム

#### 花言葉

- ダリア:「華麗」「優雅」「気品」「移り気」
- かすみ草:「無垢の愛」「感謝」「幸福」
- テルフィニウム:「清明」「慈悲」
- カーネーション:「純粋な愛」「熱愛」



### 3月のレシピ きじ焼き

きじ焼きとは鶏肉や魚の切り身などを醤油、みりん、料理酒などに漬けて焼く料理の事。室町時代～江戸時代までキジは美味とされ、手軽に味わいたいという考えから生まれた擬似料理です。

### 第2回学習プログラムの紹介



## 双極性障害の心理教育プログラム

双極性障害は気分を調整するメカニズムが適切に働かなくなる病気です。リンクスマタルクリニックデイケアでは、双極性障害の再発予防を目的とした勉強会を行っております。内容については「双極性障害の原因や症状」「再発の早期発見」「規則正しい生活習慣とストレスマネジメント」を中心に学習し、院長主体のプログラムとなっています。