

\*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\*

生活困窮・孤独孤立支援プラットフォームメールマガジン 2025年8月1日発行

【本日の内容】

(1) 【徳島大学病院 精神科】

「児童・思春期ショートケア（INFINITY）」のご案内について

\*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\*

※ 本メールマガジンは、「とくしま孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム」及び「生活困窮者自立支援プラットフォーム」に参加いただいている団体の方々へBCC送付による一斉送信でお送りしています。

※ 両プラットフォームを合わせて、現在「177団体」の皆様へ、ご参画いただいております。

※ 両プラットフォームの詳細や、これまでのメールマガジン・バックナンバーにつきましては、こちらのURLからご参照ください。

「<https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippanokata/kenko/chiiki/fukushi/7244074/>」

=====

(1) 【徳島大学病院 精神科】

「児童・思春期ショートケア（INFINITY）」のご案内について

徳島大学病院では、「児童・思春期ショートケア（INFINITY）」を実施しています。

当ショートケアは、人と関わるのが苦手、気持ちのコントロールが難しい、自分に自信がない等、こうしたお悩みをもつ子どもたちが集まって、グループでリハビリを行う場所です。

ショートケアを利用していただくことで、生活リズムを整え、様々なプログラムを通じて自信をつけ、集団生活にふれる機会を通じて人とのやり取りの楽しさを感じてもらいたいと思っています。

スタッフは、子ども達と一緒に考え、必要な力を身につけていく、お手伝いをしています。

また、不安が強い方にも参加していただきやすいよう、少人数グループで運営しています。

皆さまの周りの方で、対象となる方がおられましたら、当ショートケアのご案内をしていただければと思います。

(※詳細は、添付ファイルのチラシをご覧ください。)

【ショートケア 概要】

○実施時間：

- ・月、水、木、金曜の13時～15時
- ※曜日によって、異なったメニューがあります。

(詳細は、02\_児童・思春期ショートケア（INFINITY）.pdfをご確認ください。)

○利用対象者：

- ・徳島大学病院の精神科外来に通院されている小学4年生～高校3年生の方（上限は20歳）で、主治医からショートケア利用の指示があった方
- ※他病院からの紹介があった方も対象

○スタッフ：

- ・医師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士など

○費用：

- ・子ども医療証（子育て支援医療証）の対象となります。
- ・お持ちでない方も、自立支援医療制度の利用により自己負担額が減額される場合があります。
- ・詳細につきましては、ご相談ください。

○問い合わせ先：

- ・デイケア室 088-633-9172
- ・外来受付 088-633-7128

=====

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

生活困窮・孤独孤立支援プラットフォーム事務局  
(徳島県 保健福祉部 地域共生推進課内)

電話：088-621-2938  
ファクシミリ：088-621-2913  
Email：[chiikikyouseisuishinka@pref.tokushima.lg.jp](mailto:chiikikyouseisuishinka@pref.tokushima.lg.jp)

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

# インフィニティ “INFINITY”について

当ショート・ケアは、人と関わることが苦手、気持ちのコントロールが難しい、自分に自信がない、同年代の友達と関わりたい、学校に行くにくい、家に閉じこもりがちになっている、日中に何をしたいかわからない、今後の進路が決まっていない…

こうしたお悩みをもつ子どもたちが集まって、グループでリハビリを行う場所です。

ショート・ケアを利用していただくことで、生活リズムを整え、様々なプログラムを通して自信をつけ、集団生活にふれる機会を通じて人のやり取りの楽しさを感じてもらいたいと思っています。

スタッフは子どもたちと一緒に考え、必要な力を身に付けていくお手伝いをしています。

また、当ショート・ケアでは、不安が強い方にも参加していただきやすいよう、**少人数のグループを基本としております。**

※プログラムの詳細については別紙をご確認ください。

徳島大学病院精神科 児童・思春期ショートケア



## 実施時間

月、水、木、金曜 13:00～15:00

## 利用対象者

当科外来に通院されている小学校4年生～高校3年生の方（上限は20歳）で、主治医からショート・ケア利用の指示があった方。

原則として**不登校、不登校傾向**の方が対象です。

※利用には当院医師の作成した処方箋が必要です。

## スタッフ

医師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士など

## 費用

子ども医療証（子育て支援医療証）の対象となります。お持ちでない方も、自立支援医療制度の利用により自己負担額が軽減される場合があります。制度利用についてはご相談ください。



## ご家族の方へ

ショート・ケアの利用にあたっては、ご家族のご理解とご協力が大変重要です。ご多忙中とは思われますが、送迎などのご協力をお願いいたします。何かお困りのことや相談したいことがありましたら、遠慮なくスタッフにお声がけ下さい。また、スタッフから相談がある場合には、個別に連絡させていただきますので、その場合にもご協力をお願いいたします。

## 注意事項

- 安全面での配慮から中学生以下の単独来院は禁止としております。
- 突発的な行動がみられた場合、スタッフは他の参加者の対応を優先いたします。そのような場合には早急にご連絡させていただきますので、ご家族での対応をお願いいたします。
- 当ショート・ケアは、少人数のグループで運営しております。利用を検討される方には順番に対応させていただいております。ご利用までお待ち頂く場合がありますことをご了承下さい。



徳島大学病院 精神科ショート・ケア  
児童思春期コース

## お問い合わせ

徳島大学病院 精神科神経科

デイケア室 (088) 633-9172

外来受付 (088) 633-7128



# Infinityスペース

日時：毎週月曜日

13：00～15：00

人数：最大4人

一人で気ままに、好きなことをして過ごせます。

※自分では「したいことが思い浮かばない」ときには  
ここでできることをまとめた資料を参考にできます。

※不定期でイラスト講座、こころのすみっこトレーニングなど実施しています。

お部屋の中には他の利用者の方がいることもありますが、  
お話をする必要はありません。

短時間でも利用できます。  
気が向いたらのぞいてみてください。

\*興味を持たれた方は主治医までご相談ください



徳島大学病院 精神科ショート・ケア

児童思春期コース

**INFINITY**  
インフィニティ

# Infinity Fitness

日時：毎週木曜日

13：00～15：00

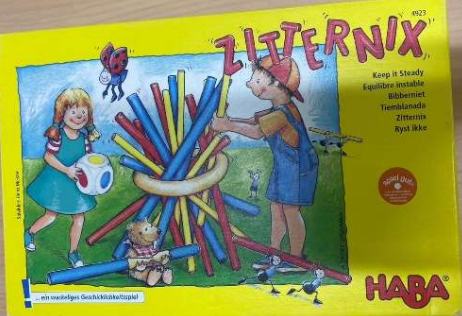
人数：最大8人



いろいろな運動が  
できます  
いっしょにからだを  
動かしてみよう！



# ボードゲームであそぼう！



日時：毎週水曜日 13:00～15:00

上限人数：8人

単発での参加もOK！

保護者の皆さまへ：学校生活などで「コミュニケーションが上手くいかない・苦手だ」というお子様でも、ルールが明示されているボードゲームは他者との交流を活発にしやすいことが報告されています。INFINITYにある多種のボードゲームで、スタッフや他の参加者と交流を持っていただくことがこのプログラムのねらいです。

徳島大学病院 精神科ショート・ケア  
児童思春期コース **INFINITY**  
インフィニティ

# 認知行動療法が始まります

- いつも自分を責めてしまう
- 周りの人のことが気になる
- 一日中ネガティブな気持ちが続く

1つでもあてはまったら、  
認知行動療法が  
あなたの役に立ちます



**場所：精神科デイケア室（西外来棟4F）**

**日時：毎週金曜日 13：00～15：00**

| 日時         | テーマ                        |
|------------|----------------------------|
| 第1回（7月25日） | 認知行動療法をはじめよう！ ～これから何をするの？～ |
| 第2回（8月1日）  | 感情について学ぼう                  |
| 第3回（8月15日） | 感情と行動の関係を学ぼう               |
| 第4回（8月22日） | 行動実験してみよう                  |
| 第5回（8月29日） | からだのヒントを探してみよう             |
| 第6回（9月5日）  | 思考のモンスターを探そう               |
| 第7回（9月12日） | 新しい考え方を身に付けよう              |
| 第8回（9月19日） | 今ここモードを身に付けよう              |
| 第9回（9月26日） | お疲れさま会 ～まとめと振り返り～          |



## これまでに参加された方の声

- ・いろいろな人の話をきいたらビックリした。おもしろかった。
- ・はじめは親に連れてこられて面倒くさかったけど、通っていたら楽しくなってきた。
- ・思考のモンスターはちょっと難しかった
- ・色々な感情があるんだなと思った
- ・人に話しかけられるようになった
- ・意外と全部参加できて、ちょっと自信になった
- ・ネガティブな気持ちがちょっと減った
- ・自分と同じ気持ちの人がいてビックリした

