

～よしの病院とのコラボ企画 第5弾～（最終回）

医療法人社団 正心会

よしの病院

〒194-0203

東京都町田市図師町 2252 番地

電話予約はこちら

☎ 042-791-0734

受付時間 9:00～17:00
(初診、入院の相談は 16:00 まで)
※初診は予約制となります。



よしの病院 院長
河本泰信

院長ご挨拶

当院には、うつ病、統合失調症、神経症や適応障害、認知症そしてアルコールおよびギャンブル等依存症など、様々な精神障害を抱えた人が訪れます。ご利用くださった方がその人らしく暮らしていけるよう、専門性に基づいた、あたたかい診療を行うことを職員一同心がけています。現代は少子高齢化、雇用不安定などストレスが多い時代です。不透明で希望がもてなくなるせいか、精神障害に悩む方が増えています。

お悩みのご本人、ご家族は是非ご相談ください、また当院では依存症家族会も開催しております。今回はお酒(アルコール依存症)の治療に関する事の第2回目になります。是非ご一読下さい。

内観療法・集中内観療法とは？

内観療法

日本発祥の心理療法で、自分自身の内面を深く見つめ直すことを目的とした方法です。特に、人間関係や自己の在り方に焦点を当て、感謝や自己理解を深めることを目指します。

適応分野

- ① 心理的問題（不安、抑うつ、依存症など）
- ② 人間関係の改善や家族療法
- ③ 自己成長や精神的な充実を目指すための手法

集中内観療法

集中内観療法は、一定期間（通常は数日から1週間程度）、専用の施設や静かな環境で集中的に内観を行う形式を指します。「よしの病院は」**集中内観療法指定病院**です。



※ 写真は集中内観療法室のイメージ写真です

よしの病院で実施している集中内観療法の特徴

外部からの刺激を最小限に抑えた環境（専用の内観施設や静かな部屋など）で行われます。1日数回、内観者が指導者と振り返りを共有しながら進行します。通常、数時間ごとに内観の進捗を報告します。集中して取り組むことで深い洞察が得られやすく、短期間で効果を実感できる場合が多いです。

学会開催のお知らせ

第47回日本内観学会町田大会が令和7年5月31日～6月1日（町田文化交流センターにて）開催されます。主催「よしの病院」共催「聖マリアンナ医科大学」です。詳しくは、「日本内観学会」のホームページを御覧下さい。

発行 町田市南第1高齢者支援センター 担当エリア:南町田・鶴間・小川・つくし野・南つくし野

住所:町田市南町田 5-16-1 電話:042-796-2789

小川あんしん相談室

住所:町田市小川 6-1-11 電話:042-812-2127

開所時間:月曜日～土曜日 8:30～17:00（日祝休日・12/29～1/3を除く）

ご相談はお電話で予約をお取りいただくとスムーズにご案内できます。

総合福祉ホーム芙蓉園のホームページでも地域の皆様向けの情報を発信しております。

ぜひご一読下さい。 <https://fuyouen.jp>

編集:板垣・亀田・竹村

