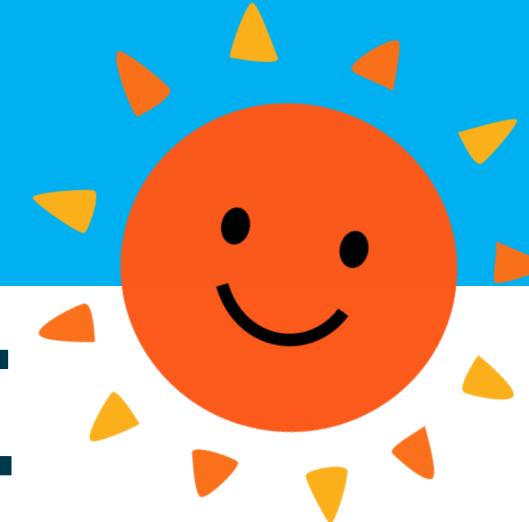


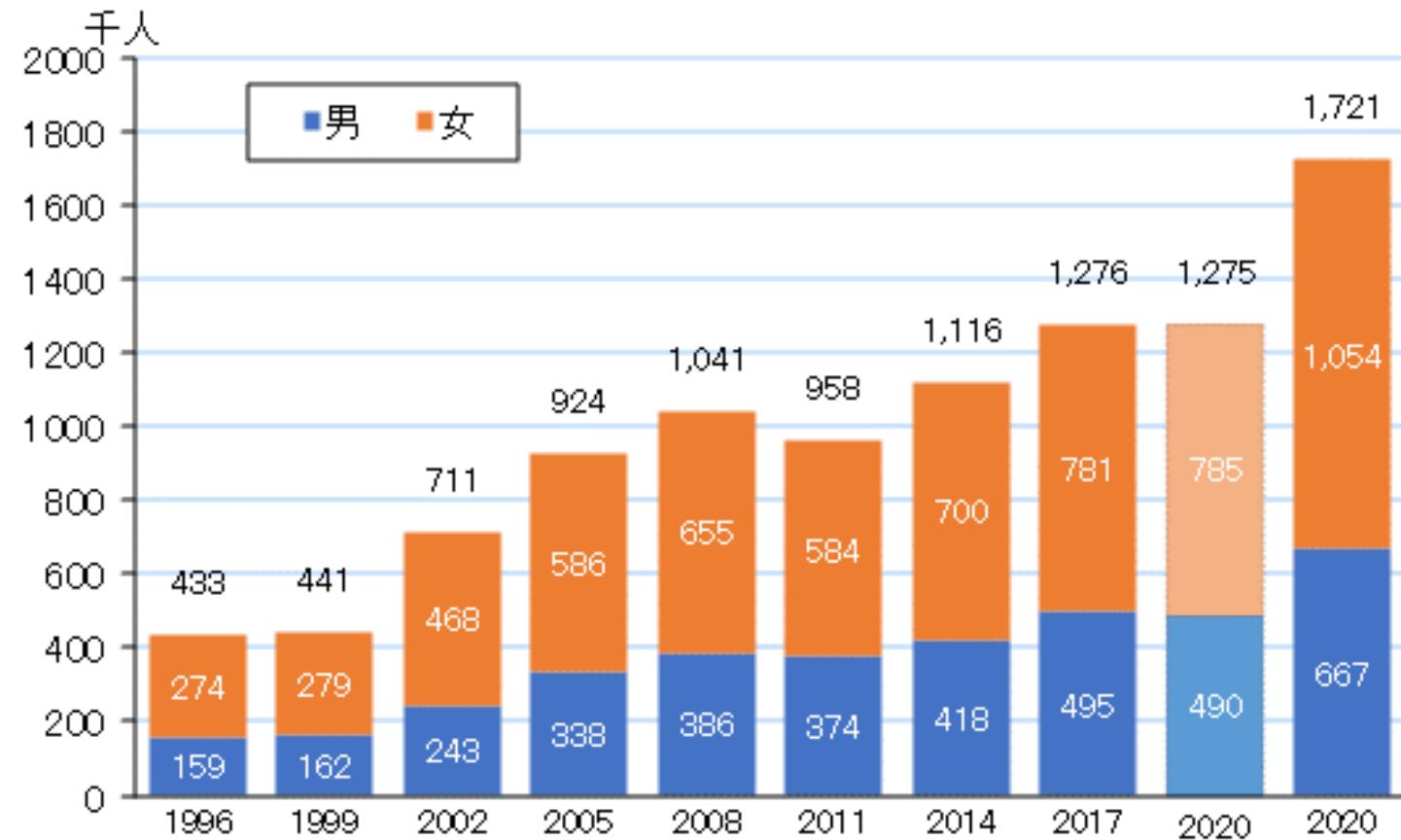
BYEBYE MENTAL ILLNESS



大根和紗 岡崎胡子 北野陽斗 春木悠華 平場百華

きっかけ

うつ病・躁うつ病の総患者数



厚生労働省「患者調査」
旧基準
<https://honkawa2.sakura.ne.jp/images/2150.gif>

概要

- ・ NPO法人の立ち上げ
- ・ 能登の自然を生かした療養プラン
- ・ うつ改善に向けて8人で共同生活
- ・ 酪農体験によるアニマルセラピー療法
- ・ ターゲットは18~29歳の軽度うつの方



フィールドワーク

【臨床心理士】

恵寿総合病院の臨床心理士さんにオンラインでお話を伺いました

Q. 集団療法の利点はどのようなものがあるか。

A. 自分と同じ症状を抱える人と過ごすことで改善に向かえる。

共同生活

【集団療法】

- ・共感が得られる
同じような症状を持つ人が周りにいることで
不安を和らげることができる
- ・積極性を高める
自分から体を動かし生活することが社会に復帰につながる

能登

【能登を生かす】

- ・里山里海を生かす
- ・能登野菜中心の食生活
- ・魚釣りで地域の方とコミュニケーションをとる



アニマルセラピー

【活動】

- ・農家の手伝い
- ・牛と触れ合う



アニマルセラピー

酪農をしながら牛と触れ合う

【効果】

- ・ストレス緩和
- ・不安を軽減する

【メリット】

- ・命の大切さを知ることができる
- ・大きな体や暖かな体温を感じることで安心できる

活動

- ・野菜作り



<https://oggi.jp/6637258>

- ・DIY



<https://diybase.jp/shoplist/diy-base-%E5%A1%A9%E5%B0%BB%E6%9D%BE%E6%9C%AC/>

活動

・釣り



<https://notocho.jp/web/wp-content/uploads/2021/08/DSCF3237-1024x683.jpg>

〈プランニング例〉

日曜日	自由
月曜日	アニマルセラピー
火曜日	DIY
水曜日	アニマルセラピー
木曜日	野菜作り
金曜日	アニマルセラピー
土曜日	釣り・DIY

フィールドワーク

【ムラカラ】・・・奈良県で転地療養を行う団体

- ・うつ患者の転地療養に対するトラブルへの対策



Q.人間関係のトラブルにどのように対処するか。

A.成長するために見守るスタンスでいる。

アドバンシテージ

- ・世界農業遺産に指定された土地で療養できる
- ・病院での療養と違い、少人数編成で共同生活

(ムラカラでは10人を定員としている)



- ・利用者によるプランニングなどの自発的な行動で療養する

- ・一人当たり毎月5万円という低コストを実現

(グループホームは7万以上かかることが多い)

<https://senmaida-monogatari.com/kirameki/course/shiki/>

宣伝方法

医療機関からの紹介



SNS



収支計画（年間）

【1年目】

$$3,405\text{万円} - 3,921\text{万円} = -516\text{万円}$$

(売上高) - (経費) = (利益)

【3年目】

$$4,880\text{万円} - 3,730\text{万円} = 1,150\text{万円}$$