

住 所	〒790-0004 松山市大街道3丁目2番地16		
☎	089-931-0702	Fax	089-989-0722
開所日	月～金（土・日・祝日及び年末・年始は閉所） 10:00～16:00		
運 営	NPO法人 こころ塾		
支援対象	主にうつ病等でリハビリ中の方	定 員	20名
施設の特徴	<p>★『もう一度、社会参加』を支援する場所です。 「生活リズムを整えたい」「就職前の不安を練習で自信へ変えたい」 「仲間や社会とつながりたい」・・・などの思いを支援します。</p> <p>≪特徴≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・明るい雰囲気であるだけで“ほっ！！”とする場所 ・オフィス系の就労支援B型事業所 ・愛媛の中心地、大街道ロープウェイ街すぐに在在し、アクセスが便利 ・個人の状況に合わせた作業内容 		
作業内容	<p>≪作業内容≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事務作業（チラシ封入、発送業務、ファイリング 等） ・パソコン作業（データ入力、データ管理、画像処理、資料作成など） ・内職作業（箱折り、チラシ配布 等） ・施設外就労・実習（印刷会社、団体事務所 等） <p>≪その他のプログラム≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個別相談（定期・随時） ・集団認知行動療法学習会（毎週金曜日） 出来事自体ではなく、出来事の理解の仕方（認知）が気分や感情に影響を及ぼします。 この学習会では、柔軟な思考やその場に適した行動、問題解決の仕方を体験を通して学習します。 ・グループミーティング（毎月1回） 様々なテーマで話しあうことで仲間の意見や考え方を学び、自分達主催の季節イベント等、立案、開催することで余暇活動を充実させ、再発予防につなげます。 ・事業所見学（随時） ・体力作り（毎週1回）、ヨガ（毎月1回） 		
利用料	障害福祉サービス受給者証に準ずる	送 迎	なし
HP	http://www.kokorojuku.net/	E-mail	kokorojuku@otoiwase.jp
アクセス	伊予鉄市内電車：大街道／路線バス：大街道口で下車 ロープウェイ街から徒歩50m		

