

# 東京慈恵会医科大学 森田療法センター

東京慈恵会医科大学附属第三病院

## 森田療法とは・・・

森田療法とは、慈恵医大精神神経科・初代教授の森田正馬（もりたまさたけ）が創始した、神経症（不安障害）に対する精神療法です。

神経症の基底にある不安は「より良く生きたい」という向上欲（生の欲望）と表裏一体のものであり、本来自然な感情です。にもかかわらず神経症の人々は不安を特別視し、それを排除しようと努める結果、かえってそれにとらわれてしまうのです。

そこで森田療法では、不安や症状をあるがままにおきながら、生の欲望を建設的な行動に発揮していくことを促します。このようにして、不安や症状へのとらわれから脱却し、自己を現実にかき立てることが治療の目標におかれます。



# 森田療法センターのご案内

2007年5月、森田療法センターがオープンしました。

## ● 森田療法の対象は・・・

元来の治療の対象は神経症です。たとえば社会恐怖や広場恐怖などの恐怖症性不安障害、パニック障害、全般性不安障害、強迫性障害、心気障害などが適応になります。また経過が遷延したうつ病や一部の心身症にも有用です。

性格的には神経質傾向（内向的、小心、ものごとを気にしやすい、完全主義、負けず嫌いなどが特徴）の方によく適しています。

（治療の適否は外来診察において判断いたします。統合失調症、躁病、脳の器質的疾患は適応になりません。）

## 入院部門（1F）

### 〈入院森田療法〉

森田療法の基本形は入院治療です。このたび20床の専門病棟が全面的にリニューアルされ、木目のインテリアを基調にした家庭的な雰囲気の病棟に生まれ変わりました。病室は通常二人部屋です（臥褥の際には個室として使用します）。また、明るい日差しが差し込むミーティングルームの隣には、広い屋内作業室が確保されています。



平均的な入院期間は約三ヶ月間ですが、患者さまの状況に応じて、短期的な入院も受け入れています。入院費用には健康保険が適用されますが、差額室料を別途いただいております。

（2007年5月現在、室料差額1日5000円）

### 入院森田療法は、臥褥期、軽作業期、作業期、社会復帰期の4期に分かれています。

#### 【臥褥期】

（7日間）

食事、洗面以外のことはせず横になって過ごします。

#### 【軽作業期】

（5日間）

木彫りや陶芸、簡単な掃除などの軽い作業を行います。この時期から日記指導が開始されます。

#### 【作業期】

（1～2ヶ月）

動物・植物の世話や日常生活に必要な作業に取り組み、不安や症状に流されず建設的に行動する姿勢を育てていきます。

#### 【社会復帰期】

（1～2週間）

退院後の生活に向けて準備を行う時期です。病院から通院・通学を行う場合もあります。



## 外来部門（2F）

### 〈外来森田療法（森田療法的カウンセリング）〉

仕事や学校に通いながら治療を受けたい方のために、また入院治療の準備やアフターケアとして、当センターでは外来での森田療法も行っています。

外来部門には、落ち着いて面談のできる面接室が4室あります。またグループ療法室では、同じような悩みを持ったグループによる外来森田療法も行われます。



外来面接室

外来初診は予約制になりますので、事前に精神神経科外来にてお問い合わせください。

### 電話受付時間

月曜日～土曜日：午後2時から4時



外来受付

なお受診の際には、現在おかけりの治療者の紹介状をお持ちください。

## 教育・研究

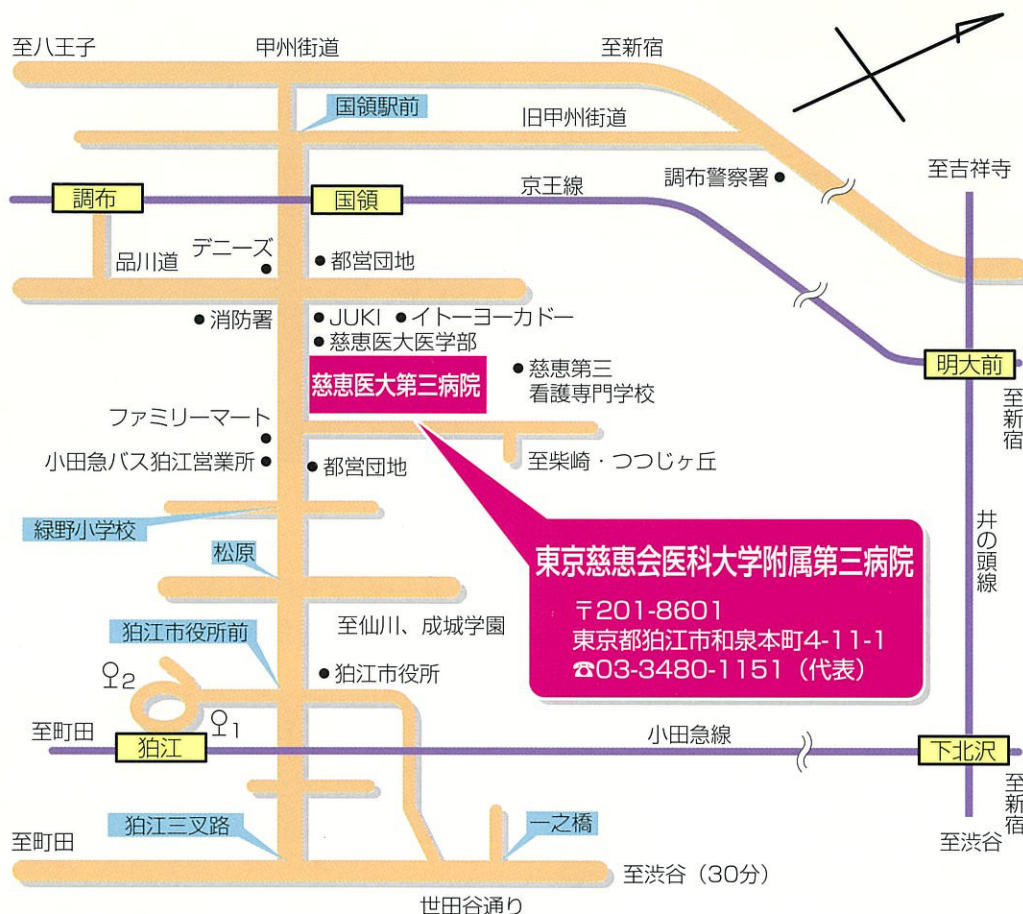
当センターでは医師、臨床心理士など専門職の方を対象に、森田療法の教育を行っています。国内および海外からも森田療法の見学や研修を受け入れています。

また森田療法の文献を豊富に揃えた図書資料室を完備し、森田療法に関する研究も積極的に推進しています。



図書資料室

# 交通のご案内



## 電車・バス案内

- 京王線国領駅南口より徒歩10分
- 京王線調布駅南口よりバスにて約10分
- 小田急バス…二子玉川駅行・成城学園前駅行  
渋谷駅行
- 京王バス…つつじヶ丘駅行(慈恵第三病院前下車)
- 小田急線狛江駅北口よりバスにて約10分
- 小田急バス(図♀1)…慈恵第三病院行(終点)  
(図♀2)…調布駅南口行  
(狛江営業所下車)

〒201-8601 東京都狛江市和泉本町4-11-1

東京慈恵会医科大学森田療法センター

電話番号：03-3480-1151 (代)