



# デイケア通信 10月号

発行: もりおか心のクリニック デイケア  
岩手県盛岡市本宮6丁目1-48  
TEL: 019-613-6677 FAX: 019-635-7739

## デイケアとは

● 集団における様々な活動に参加しながら、  
症状の安定、生活機能の回復を促し、社会  
復帰・社会参加を目指すところです。

● 当院デイケアではプログラム活動を通して、  
心理社会的リハビリテーションを行っています。

対人交流

生活スキル

集中力をつける

セルフコントロール

就労に向けて

## プログラム紹介

定番プログラムのご紹介。↓↓↓  
裏面もご覧ください。

### 簡単クッキング

毎週水曜日の午前プログラム。自立・  
自活に向けた調理練習になります。

### 就労支援

第3月曜日の午前プログラム(講師有り)  
今回はビジネスマナーを学びます。

## 今月の おすすめ!

- 10/20(金) 終日プログラム  
**ミニミニ運動会**(太田地区活動センター)  
午前中はレクリエーション競技、午後はソフト  
バレーで汗を流しましょう!
- 10/30(月) 終日プログラム  
**紅葉狩り**(金ヶ崎の県立花きセンター)  
普段目にする事の出来ない亜熱帯の樹木や  
色鮮やかな花木などをじっくり見て楽しむこと  
ができます。



## 2017年10月デイケアプログラム

	月	火	水	木	金	土
	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日	10月7日
午前	晴: 三角ベース 9:45分出発	花壇整理 / 自主活動	簡単クッキング きのこご飯	ミーティング / 頭の体操雑学ほか	カラオケ 9:30出発	卓球
午後	セラピー講座 (心と体をほっこり)	スポーツ 本宮地区活動	休診	自主活動	陶芸教室 13:00出発	手芸 休診
	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日
午前	体育の日	習字/写経 / 絵手紙	簡単クッキング 雑とポテのグラタン風	一時間読書 集中しますよ	体幹トレーニング	自主活動
午後	休診	スポーツ 本宮地区活動	休診	ヨガで 新陳代謝をアップ	自主活動	先生と話そう (質問は何ですか)
	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日
午前	就労支援 (ビジネスマナー)	自主活動	簡単クッキング 芋の子汁	困った時の対処法 みんなで考えよう	ミニミニ運動会 9:50出発	休
午後	鳴滝庵 ほか	自主活動	スポーツ 本宮地区活動	休診	手芸	太田地区活動 センター体育館 休診
	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日
午前	自主活動	手芸	簡単クッキング 栗ご飯と豚汁	脳トレーニング	手芸	卓球
午後	晴: 三角ベース 13:00出発	スポーツ 本宮地区活動	休診	ヨガで 新陳代謝をアップ	室内ゲーム	休診
	10月30日	10月31日				
午前	紅葉狩り 9:30出発	Y-スタ ダード見学	自主活動			
午後	金ヶ崎の県立 花きセンター	スポーツ 本宮地区活動				

## スタンプカード 始めました★

デイケアは心理社会的リハビリを行うところなので、定期的に参加することが大切です。デイケアに参加するモチベーションを維持していただきたいという考えから、2017年9月からスタンプカードを導入しました。1日通しての参加、半日参加に関わらず、デイケアに参加した日に、スタンプを押します。

特典として、スタンプ10個で毎週水曜日のもりこ喫茶コーヒーが1杯無料になります。



## プログラム紹介

定番プログラムをいくつかご紹介します。

### 三角ベース

デイケア大人気プログラム！初心者も楽しめる簡易野球です。二塁がなく、本塁・一塁・三塁の三角形でプレーしています。

### スポーツ(ソフトバレー)

毎週火曜日午後プログラム。本宮地区活動センターの体育館を借り、ソフトバレーをしています。気分転換、体力作り、集団競技でコミュニケーションを学ぶことにも役立ちます。

### 困ったときの対処法

月1回木曜日午前プログラム。メンバーさんから話題提供してもらい、対処法についてみんなで意見交換をします。

### 先生と話そう

月1回土曜日午後プログラム。病気のこと、薬のこと等を気軽に質問できるコーナーです(13:30～14:00)。

### セラピー講座

第1月曜日午後プログラム。就労移行支援を行っている(株)ソルドから講師を招き、アロマ体験などを行っています。

祭

## 第12回もりこ祭り 開催報告

9月9日(土)は晴天に恵まれ、10時半の開始前から多くの方にご来場いただきました。屋台メニューは完売、フリーマーケットも大好評、上田先生の講演も多くの方が参加してくださいました。楽しいダンスで祭りを盛り上げてくれたふるさと福祉会のみなさん、出店協力いただいた小田工房さん、となんカナンさん、もりおかユースポートさん、フォレストファームさん、クローバーズピアさん、ありがとうございました。また、日頃デイケアを利用しているメンバーさんの作品展示・販売、催し物ステージもあり、大盛況でした。ご家族の方や地域の方々に、デイケアをはじめクリニックの取り組みを見ていただくことができ、大変うれしく思っています。多くの方のご参加、ご協力、本当にありがとうございました。

