



デイケア通信 11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。

三角ベース

中央公園にてやわらかいバットとボールを使って簡単な野球をします。

ヨガ

月2回木曜日の午後プログラム。代謝促進や気分のリフレッシュになります。

今月の おすすめ!

- 11/20(月)午後プログラム
盛岡セイコー工業株式会社への見学です。自然豊かな雫石に設立されており、ウォッチ製造には最適な環境です。
- 11/24(金)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。
※先月の紅葉狩りは急遽遠野に変更。



2017年 11月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土	
			11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	
午前			簡単クッキング ハヤシライス	ミーティングほか	文化の日	休	
午後			休診	手芸	休診	診	
	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	
午前	晴:三角ベース または河川敷散歩	習字/写経 /絵手紙	簡単クッキング タコライス	頭の体操雑学 /市立病院作品展見学	晴:三角ベース または河川敷散歩	休	
午後	セラピー講座 (ハンドクリーム作り)	スポーツ 本宮地区活動	休診	卓球	臨時休診	診	
	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	
午前	手芸	自主活動	簡単クッキング ギョーザの皮ピザ	一時間読書 集中します	カラオケ 9:50出発	卓球	
午後	鳴滝庵 ほか	自主活動	スポーツ 本宮地区活動	休診	ヨガで 新陳代謝をアップ	陶芸教室 13:00出発	自主活動
	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	
午前	就労支援 (ビジネスマナー2)	手芸	簡単クッキング シチュー	勤労感謝の日	金ヶ崎県立 花きセンター見学	手芸	
午後	会社見学 セイコー(株)	自主活動	スポーツ 本宮地区活動	休診	休診	先生と話そう (質問は何ですか)	
	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日			
午前	県立図書館 9:45出発	卓球	休	脳トレーニング			
午後	カラオケ 13:00出発	臨時休診	診	ヨガで 新陳代謝をアップ			

10月ミーティング報告

★先月の人気プログラム

- 1位 簡単クッキング
- 2位 自主活動
- 3位 紅葉狩り(遠野)

★メンバーさんからのご意見

ミニミニ運動会

- ・普段しないような運動ができてよかったです。
- ・みんなと楽しめてよかったです。

紅葉狩り

- ・景色や食べ物などを楽しめました。
- ・普段なかなか行けない場所へみんなで行けてよかったです。

簡単クッキング

- ・久々に来て料理をして気分転換になりました。
- ・参加して嬉しかったです。

活動風景(写真)

簡単クッキングで「栗ごはん」作りました♪



皆で習字を書きました♪



プログラム紹介

スポーツ

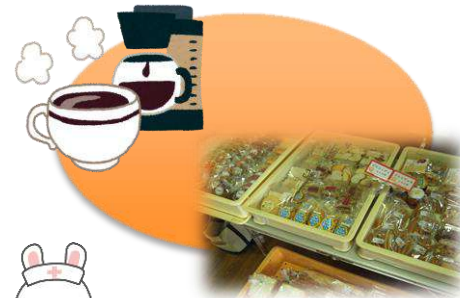
毎週火曜日の午後に本宮体育館にてソフトバレーをします。
健康や体力の向上、気分転換ができます。

アロマセラピー

月に一度、アロマによるハンドマッサージを行います。癒しの効果があり、気分のリフレッシュができます。
また、月によって芳香剤やハンドクリーム作りなどを行います。

Wednesday

もりここでは毎週水曜日、コーヒー販売をしており、また、となんカナンさんがパンを販売に来ます。待合室でもコーヒーを飲めるスペースがあるので、ぜひご利用ください。



インフルエンザ予防接種について



11月1日から、インフルエンザ予防接種を開始しています。
数に限りがありますので、感染予防のためにご希望の方は早めに受けましょう。

断酒会

もりここでは月に一度断酒会を行っています。
アルコールでお困りの方、またその家族の方は参加してみませんか？