



# デイケア通信

## 4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

#### おやつクッキング



今月は「生どら焼き」をつくります。

#### ソーシャルスキル

##### 「会話の続け方／終わり方」

簡単なようで難しい、会話のコツを分かりやす  
 く解説してもらいます。

### 今月のおすすめ!

● 4/13, 20(金) 午前プログラム

**ホースセラピー** ※事前申し込み  
 滝沢市の馬っこパークへ移動して行きます。乗  
 馬やふれあいを通して、治療に役立てるもの  
 です。詳しくは裏面へ...

● 4/27(金) 終日プログラム

**お花見 in 角館** ※事前申し込み  
 秋田角館は、東北屈指の桜の名所です。当日  
 は観光バスで移動します。9:30出発です。



### 2018年 4月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日	4月7日
午前	手芸	ミーティング /手芸	簡単クッキング タンドリーチキン	今年度目標設定日 /自主活動	カラオケ 9:50出発	卓球
午後	セラピー講座 (リラクゼーション)	スポーツ 本宮地区活動	休診	手芸	陶芸教室 13時出発	手芸
	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日
午前	就労支援 (アサーショントレーニング)	習字/写経 /絵手紙	簡単クッキング 豚キムチ丼	頭の体操雑学ほか	ホース セラピー	一時間 読書
午後	今年度目標設定日 /自主活動	スポーツ 本宮地区活動	休診	ヨガで心身を リフレッシュしよう	鳴滝庵 ほか	手芸
	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日
午前	やちだも の家見学	自主活動	手芸	簡単クッキング 鶏照り焼き丼	困った時の対処法 みんなで考えよう	ホース セラピー
午後	カラオケ 13:00出発	スポーツ 本宮地区活動	休診	生どら焼きと 美味しい紅茶	陶芸教室 13時出発	手芸
	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日
午前	ソーシャルスキル ②会話の続け方終わり方	花壇整理 /自主活動	簡単クッキング 挽肉の混ぜ混ぜ丼	脳トレーニング	お花見 9:30出発	休
午後	晴:三角ベース 13:00出発	スポーツ 本宮地区活動	休診	ヨガで心身を リフレッシュしよう	角館武家屋敷	診
	4月30日					
午前	休					
午後	診					

# 3月ミーティング報告

## ★先月の人気プログラム

- 1位 ソフトバレー
- 2位 自主活動
- 3位 お菓子づくり(ティラミス)

## ★メンバーさんからの感想・ご意見

- ・お菓子づくり  
楽しかったしおいしかった。
- ・簡単クッキング  
いろいろな料理を覚えて良かった。
- ・サポステ  
盛り上げて、和気あいあいとして良かった。

## プログラム紹介

### 三角ベース



待望の人気プログラム！中央公園に移動して行います。天気の良い日に外で野球をすると、気持ちも晴れやかになりそうです。

### 困った時の対処法



日々の悩みや困りごとについて語り合います。お題は自由、解決のアイデアを出し合うのは楽しいものです。ぜひ参考にしてみてください☆

### 簡単クッキング



調理実習&実食です。作り方を覚えるだけでなく、役割分担をして作業する練習にもなります。



## ホースセラピー について

- ・乗馬やお世話を通して、こころとからだの健康の増進、生活の充実を目指すものです。
- ・馬に乗ることで今まで体験したことのない高い視野で動くことで自信が得られたり、馬とのふれあいを通して、安心感や協調性が回復されることなどが期待されます。

※外出プログラムのため、デイケア登録前の体験では参加できません。ご興味のある方はスタッフにお尋ねください。

