



デイケア通信

9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

ミーティング

月初めにその月のプログラムの説明と今後取り入れたいプログラムについて話し合います。

就労支援

講義やグループワークを通して就職に必要な知識を勉強します。



今月のおすすめ!

● 9/10(月) 午後プログラム
事業所見学
「ピコラファブリカ」という子供服を作っているA・B型事業所の見学をします。

● 9/21(金) 午後プログラム
ホースセラピー
馬っこパークにて乗馬や散歩、お手入れなどを通して触れ合います。



2018年 9月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土		
						9月1日		
午前						休診		
午後						休診		
	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日		
午前	カラオケ 9:50出発	ミーティング /習字・写経・絵手紙	簡単クッキング (チーズダッカルビ)	手芸 (※のり作品を作ります)	鳴滝庵 /※のり買物	自主活動	卓球/手芸	
午後	セラピー講座 (入浴剤)	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	一時間読書	自主活動		
	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日		
午前	就労支援	花壇整理 /自主活動	簡単クッキング (マヨ豚丼)	ストレッチ	頭の体操雑学ほか	晴:三角ベース 又は卓球		
午後	事業所見学 ピコラファブリカ	手芸	スポーツ 本宮地区活動	休診	薬について学ぼう	陶芸教室 13:00出発	自主活動	休診
	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日		
午前	休診	花壇整理 /自主活動	簡単クッキング (カレーライス)	困った時の対処法 みんなで考えよう	手芸 (※のり作品を作ります)	休診		
午後	休診	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	ホース セラピー	自主活動	休診	
	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日		
午前	休診	祭りチラシ配布	簡単クッキング (焼き鳥丼)	脳トレーニング	もりこ祭り準備	もりこ		
午後	休診	スポーツ 本宮地区活動	休診	手芸 (※のり作品を作ります)	もりこ祭り準備	祭り		

- * 都合によりプログラムに変更が生じることがあります。
- * プログラムに参加される場合は時間厳守をお願いします。
- * 色のついたところは外出プログラムです。デイケアルームには残れません。(開始時間より前にお越しください)
- * CBTは認知行動療法、SSTは社会生活技能訓練の略称です。
- * CBTおよびSSTは事前に申し込まれた方だけの参加となります。(見学はご遠慮ください)

9月ミーティング報告

★先月の人気プログラム

- 1位 カラオケ
- 2位 簡単クッキング
- 3位 ソフトバレー

★メンバーさんからの感想・ご意見

自主活動

- ・皆様と交流できて良かったです。
- ・メンバーさんと触れ合うことが出来るのでとてもいい時間でした。

栄養について

- ・始めてもプログラムで、普段栄養について考えることがなく、栄養について考えるきっかけとなりました。



8月のデイケアプログラム報告

☆今回の会社見学は「C-Cube」というところに行ってきました。訪問看護や通所介護、放課後デイサービスを行なっていました。福祉の仕事を見る機会は今まで中々なかったので、とても勉強になりました。



☆8月から新しいプログラムが加わりました。

「栄養について」というプログラムで、実際に銀河薬局の栄養士さんが来て、絵や図を使って栄養について分かりやすく説明してくれます。その後、皆さんからの質問を受け付け答えてもらえるので、興味がある方がいれば、ぜひ、参加してみてください。

※3ヶ月に1回の開催となるので次回は11月になります。



いよいよ今月はもいご祭り!

日時:平成30年9月29日(土) 10時~14時30分

院長講演「ホース・セラピー 心の元気をとりもどすために」、毎年恒

例の屋台(やきそば、カレーライス、フランクフルト、お茶や

ジュースの販売)、フリーマーケット、余興ステージ、作品展示

&販売、そしてビンゴ大会!などイベントを用意しています。

今月から「ストレッチ」という新しいプログラムが加わります。

今回は自宅やオフィスでできる簡単なストレッチを紹介します。