

2019



デイケア通信

2月号



プログラム紹介

金曜スイーツ
バレンタインデーに合わせて、チョコを作ります。大切な人に...

ボーリング大会
マッハランドにて恒例のボーリング大会を行います。先生やスタッフも参加しますので沢山のメンバーの参加をお待ちしています。

今月のおすすめ!

2/18(月) 午前プログラム
近場にお買い物
玉山イオン、ヤマゴンに行く予定です。新鮮な野菜や、味付け卵など...なかなか自分一人では行けない方はぜひ参加してください。

●2/28(木) 午後プログラム
栄養について
銀河薬局の栄養士さんによるプログラムです、質問も受け付けています。

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

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

2019年 2月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
					2月1日	2月2日
午前					事業所見学: パノラマ福祉 館 手芸	豆まき 卓球/手芸
午後					一時間読書	休診
	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日
午前	ストレッチ	ミーティング /自主活動	簡単クッキング (恵方巻)	困った時の対処法	ホース セラピー 自主活動	休診
午後	セラピー講座 (セルフケア)	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	金曜スイーツ (バレンタインチョコ)	休診
	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日	2月16日
午前	休診	SST 手芸	簡単クッキング (寒じめほうれん草炒め)	雑学で脳を刺激 よく考えよう	自主活動	自主活動
午後	休診	スポーツ 本宮体育館	休診	カラオケ	簡易 ふれあいラン ド 手芸	先生と話そう
	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日
午前	就労支援 (職務経歴書)	習字・写経 絵手紙	簡単クッキング (シチュー)	私の一押し	ホース セラピー 手芸	卓球/手芸
午後	近場 にお買い物 自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	自主活動	休診
		2月26日	2月27日	2月28日		
午前	マインドフルネス 認知療法	SST 自主活動	簡単クッキング (カレーライス)	脳トレ		
午後	カラオケ	スポーツ 本宮体育館	ボーリング大会 マッハランド	栄養について 銀河薬局		

- ※ 都合によりプログラムに変更が生じることがあります。
- ※ プログラムに参加する場合は決まった時間に来ていただくようお願いいたします。
- ※ 予定表の色のついていないものは、外出プログラムです。2つに分かれていない場合は、デイケアルームには残れません。
- ※ 外出プログラムに参加する場合は、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。詳しいことはスタッフにお聞きください。
- ※ CBTおよびSSTは事前に申し込みが必要なプログラムです。(見学はご連絡ください)

2月ミーティング報告

★先月の人気プログラム

- 1位 自主活動
- 2位 初詣、ソフトバレー
- 3位 脳トレーニング

★メンバーさんからの感想・ご意見

初詣

・自分では行かないので、プログラムに参加でき参拝の仕方も改めて覚えられ良かったです。

セラピー講座

・ハーブティを飲みながらゆっくりできたので良かったです。ハーブティにも興味を持ちました。
・ハーブティは簡単に自分でもやれるので良かったです。

雑学コーナー

1.卒業式の第二ボタン文化を知っている人はどのくらいいるでしょうか？

答え:約34% それ以外はブレザー等学ラン以外なので。

1月のデイケアプログラム報告

☆今年最初のプログラムは、初詣でした。盛岡八幡宮は寒かったですが、皆さんおみくじを引いたり、お守りや御札を購入するなどそれぞれの過ごし方をされていました。



☆2月の事業所見学は、パノラマ福祉館に行ってきました。就労移行、就労B型など複数の事業所を展開しています。参加した皆さんは就労に向け良いお話を聞いたようです。



冬の間も月に2回ホースセラピーが行われます。寒いこの時期だからこそ馬の温もりがより一層感じられるような気がします。