

2019 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

簡単クッキング

料理は様々な工程を考えながら作ります。
脳の活性に繋がり、みんなで一緒に作り、食
べることを通して、コミュニケーションを取る
訓練にもなります。

陶芸

陶芸の良いところは、自分のペースでゆっ
くり一つずつ作ることで自分の成果が見えて
くる所にあります。指を細かく動かすことは、
脳の活性化にも繋がります。



今月の おすすめ!

●シチュー 9/4(水) am

少しずつ秋も近くなりつつあるこの頃
お腹にもやさしい暖かいものを作ります。

●三角ベース 9/13(金)am

ベースを三つ使った簡易的なソフト野
球を行います。中央公園の自然を満喫
しながら楽しみましょう。

2019年 9月 デイケアプログラム予定

	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日
午前	鳴滝庵他 手芸	SST/自主活動	簡単クッキング シチュー	花壇整理 /ミーティング	ホース セラピー	自主活動
午後	セラピー講座 身だしなみ	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	舞臺 ふれあいランド	手芸
9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	
午前	就労支援 ビジネスマナークイズ	習字・写経・絵手紙	簡単クッキング 三色丼	手芸	三角ベース 又は卓球	自主活動
午後	事業所 見学	手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	先生と話す /薬について	雑学で脳を刺激 よく考えましょう
9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	
午前	休診	SST/自主活動	簡単クッキング 味噌豚焼肉丼	カラオケ	困った時の対処法	手芸
午後	休診	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	ホース セラピー	手芸
9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	
午前	休診	ハローワーク説明会 /自主活動	簡単クッキング ピザパン丼	脳トレ	休診	休診
午後	休診	スポーツ 本宮体育館	休診	一時間読書 /自主活動	休診	休診
9月30日						
午前	休診					
午後	休診					

※ 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預けられません。
※ 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。(見学はご遠慮ください)

8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、ソフトバレー、カラオケ (10票)
- 2位 簡単クッキング、鳴滝庵他 (9票)
- 3位 花壇整理、脳トレ、ヨガ、三角ベース (7票)

★メンバーさんからの感想・ご意見

栄養士さんと話そう

・色々とためになるようなこと
気になることが聞けたのでよかった。

花壇整理

・太陽の光を浴びながら無心になって
取り組むことが出来ました。

ホースセラピー

・すごくかわいい新入りのポニーさんが居
て癒されました。

お知らせ

もりここまつり10/12(土)
～メンバースタッフ募集中～

今年のもりここまつりでの当日に参加してくれるメン
バースタッフを募集しております。

販売や催し物の係として、スタッフと一緒に各部門を
担当していただきます。

特典として屋台の食券を配布致します。

8月のデイケアプログラム報告

就労支援(コミュニケーションゲーム)

もりここでは月に一度就労支援として、就労に向けた訓練を行って
おります。今月はコミュニケーションゲームとして、参加者にそれぞ
れ与えられた情報を話し合い、情報をまとめ、推測し、回答を見つ
けていくゲームです。中々難しく、全問正解にはなりませんでしたが
意見を出し合い、最後まで問題に取り組むことが出来ました。

ヨガ

暑い夏、体を動かすことは大事です。ゆったりとしたヨガは体の
代謝を上げ、リラックス効果もあります。動作に集中することでス
トレスの解消、健康増進にも繋がり、終わった後はみんなゆった
りとした時間を過ごしていました。



雑学コーナー

このコーナーでは以前のデイケアプログラムの
雑学で出題された問題を紹介します。

Q1 能力の高い人でも、自分に適し
た環境から離れると、本来の力を発揮
することが出来ず、無能になることは？

Q2 「は」から始まる色の名前を5つ
あげよ(日本名のみ)

A1: 陸に上がった河童

A2 灰色、梅幸茶、灰桜、灰緑、花紺青。鳩羽紫etc