



デイケア通信

1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

新年あけましておめでと
うございます。今年もよろ
しくお願いいたします。

プログラム紹介

1/20AM 就労支援
～社会人としての言葉遣い～
普段話している言葉遣いを改めて、楽しみ
ながら見直してみませんか。

今月のおすすめ!



● 1/23pm 岩手県立美術館 ジブリの大博覧会

スタジオジブリの設立から約30年間の
歩みを体感できる特別企画を岩手で最
後に行われるようです。「風の谷のナウ
シカ」から「思い出のマーニー」までの作
品をこの機会に一緒に観に行きません
か。限定グッズもあるようです。手帳を
お持ちの方は観覧料が半額(当日券の
み有効)になりますのでお忘れなく。

2020年 1月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
			1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
午前			休診	休診	休診	休診
午後			休診	休診	休診	休診
	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日
午前	初詣(盛岡八幡宮)	ミーティング /自主活動	簡単クッキング 七草粥 (疲れた胃を休めましょう)	書き初め・給手紙	ホース セラピー	手芸 自主活動
午後	セラピー講座 ハーブティー	スポーツ 本宮体育館	休診	先生と話そう /自主活動	自主活動	休診
	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
午前	休診	SST/自主活動	簡単クッキング もち料理	室内ゲーム	会社見学	手芸 自主活動
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	一時間読書 /自主活動	休診
	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日
午前	就労支援 社会人としての言葉遣い	SST/手芸	簡単クッキング 中華丼	自主活動	陶芸 ふれあいラン ド	自主活動 卓球/手芸
午後	カラオケ	スポーツ 本宮体育館	休診	県立美術 館 手芸	ホース セラピー	手芸 休診
	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	
午前	自主活動	雑学で脳を刺激 よく考えましょう	簡単クッキング 恵方巻	脳トレ	陶芸 ふれあいラン ド	自主活動
午後	鳴滝庵他 手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッ	休診	

1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 (10票)
- 2位 カラオケ (7票)
- 3位 ヨガ (6票)

★メンバーさんからの感想・ご意見

自主活動

- ・楽しい。人との「コミュニケーション」の練習になる。

ヨガ

- ・リラックスできて良い。

就労支援

- ・自分の為になるなあと思いました。

お知らせ



令和2年19日(水) * 申し込み必要
今年も恒例の、もりここボーリング大会が行われます。この日は午前中クッキングでカレーライスを作り食べて休憩した後、マッハランドのバスが迎えに来ます。スタッフとメンバーさんがチームを組んでプレーしますので沢山のご参加お待ちしております。

12月のプログラム報告

事業所見学(ジェイ・プランニング)

様々な事業所を見学する事で、自分にあった所を見つける機会を増やせるプログラムです。今回の事業所は、温泉宿「紫苑」のA型事業所でした。清掃が主な作業ですが、そのまま正社員になることも出来るとのお話でした。見学を兼ねながら、帰りは産直にも寄って野菜やお惣菜も買ってきました。これからも色々な事業所見学を予定してしますので是非ご参加ください。

X-masケーキ作り

今年もケーキ作りを行いました。係りに分かれ、最後は生クリームでデコレーションしカットが少し大きい一人分になりましたが、皆で美味しく頂きました。



大掃除/今年を振り返って

去年は平成31年から令和元年に移り変わりの年でした。そこで共に過ごしたデイケアルームの汚れや埃を年末にメンバーさんとスタッフが一緒になり協力して大掃除を行いました。皆さんの御蔭で綺麗になり、新しい年を気持ちよく迎えることが出来ました。終わった後は、ゆっくりお茶をしながら1年を振り返りました。

雑学コーナー

Q,校長先生はいつ給食を食べる？

A,生徒が食べる30分前

※色や香り、異物の混入などをチェックリストに基づいて確認する。