



デイケア通信

3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

花壇整理

園芸に携わることにより、身体面では運動能力や体力の維持促進につながりますし、精神面では達成感や思考・想像力の向上につながります。

陶芸

陶芸の良いところは、何かの目的をもって取り組むことができ、その結果が目に見える形として残せることです。また、細かく指を動かしたり、想像力を働かせることで脳の活性化につながります。

今月のおすすめ!

●椅子ストレッチ 3/9(月) am

自宅や職場でちょっとした時間でできるストレッチをします。椅子に座りながらなので無理なく行うことができます。

●雑学 3/31(火)am

身近にあるものや季節の行事などの雑学を出題しています。

※ 例文は裏面の右下の雑学コーナーをご覧ください。

2020年 3月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日
午前	事業所見学 まめ工房(A) 手芸	ミーティング /自主活動	簡単クッキング チキンドリア	自己評価日 /自主活動	ホース セラピー	手芸
午後	セラピー講座 春のハーブティ	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	陶芸	自主活動
午前	椅子ストレッチ /自主活動	自主活動	簡単クッキング 豚平焼	カラオケ	一時間読書 /自主活動	卓球/手芸
午後	JST/手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	先生と話そう /薬について	White Day スイーツ	休診
午前	就労支援 アサーション	習字・写経・絵手紙 /自主活動	簡単クッキング 親子丼	自主活動	休診	自主活動
午後	鳴滝庵他 手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	卓球/手芸	休診	休診
午前	休診	ハローワーク説明会 /自主活動	簡単クッキング クラムチャウダー	脳トレ	休診	卓球/手芸
午後	休診	スポーツ 本宮体育館	休診	休診	カラオケ	休診
午前	自主活動	雑学/自主活動				
午後	自己評価日 /自主活動	スポーツ 本宮体育館				

3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 (11票)
- 2位 ソフトバレー (7票)
- 3位 簡単クッキング (6票)

★メンバーさんからの感想・ご意見

自主活動

- ・体の調子が悪くても休みながら参加できるのでよかった。
- ・マイペースで過ごせた。

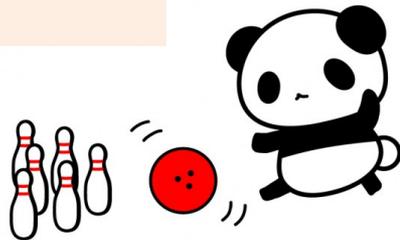
陶芸

- ・良い作品が焼きあがったと思います。

お知らせ

プログラム変更のお知らせ

新型コロナウイルスの影響によりプログラムの一部が変更になります。水曜日の「簡単クッキング」が「卓球／手芸」に、3月12日(木)午前の「カラオケ」が自主活動に、3月13日(金)午後の「White Day スイーツ」が「自主活動」になります。また変更があった場合、ホームページ等でお知らせします。



2月のデイケアプログラム報告

ボーリング大会

もりここでは毎年ボーリング大会を開催しています。今回で第24回目となっており、大変盛り上がりました。優勝者は300点近い点数を取り、最後は笑顔でトロフィーを掲げていました。皆さん競い合うよりもお互い応援しあったりと、本当に楽しいイベントになりました。

陶芸

2月に本焼きが終わり作品が出来上がりました。その中の一部を紹介します。



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 ゴルゴ、次元大介、のび太の中で早撃ちの順位を付けたらどうなる？

Q2 若氣る ←何と読む？

A1 1位 のび太(0.1秒) 2位 ゴルゴ(0.13秒)
3位 次元大介(0.3秒)

A2 ニヤケる※男性がなよなよとした態度をとること

