



デイケア通信 11月号

プログラム紹介

今月のおすすめ!



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。

●ミニ運動会 11/24 (火) PM

感染に気をつけながら、みんなで楽しめる競技をします。足の速さなどに関係なくできるので、ぜひ参加してください。

●コミュニケーショントレーニング

②

11/30 (月) a m

コミュニケーションとは何なのかをみんなで考えながら学んでいくプログラムになっています。今回は言語的コミュニケーションと非言語的コミュニケーションについて考えていきたいと思います。



2020年 11月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
午前	ミーティング / 椅子ストレッチ	休診	卓球/手芸	自主活動	自主活動	休診
午後	セラピー講座	休診	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	休診	休診
	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
午前	室内ゲーム / 自主活動	習字・写経・絵手紙	卓球/手芸	花壇整理 / 自主活動	ホースセラピー	手芸
午後	近隣にお買い物 / 自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	DVD鑑賞 / 自主活動	自主活動	休診
	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
午前	就労支援 求人票の見かた	雑学で脳を刺激 よく考えよう	卓球/手芸	一時間読書 / 自主活動	自主活動	自主活動
午後	専修所見学 LEVELABO	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 釉薬	手芸
	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日
午前	休診	ハローワーク相談会 / 自主活動	卓球/手芸	脳トレーニング	自主活動	卓球/手芸
午後	休診	ミニ運動会 本宮体育館	休診	先生と話そう / 栄養について	ホース セラピー	手芸
	11月30日					
午前	コミュニケーション トレーニング②					
午後	鳴滝産地	手芸				

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

11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 (5票)
- 2位 鳴滝庵他 (4票)
- 3位 ヨガ (3票)

★メンバーさんからの感想・ご意見

陶芸

・回数を重ねるごとに楽しさが分かってきました。とても集中できるし、何かを作るのは楽しいです。

・違う色の土を混ぜてみたり、少しずつ薄く作れるようになったり、楽しんでいます。

お知らせ

ミニ運動会について

今年もデイケアでミニ運動会を開催します。感染予防をしてみんなで楽しめるような競技を考えているので、ぜひ皆さん参加してください。

11/24(火)PMに行います。事前に募集用紙に名前を書いて参加してください。



10月のデイケアプログラム報告

三角ベース

もりここのデイケアでは毎年4月から10月まで中央公園で柔らかいボールとバットを使って野球をします。簡易的な野球なので男女、年齢問わず楽しむことができます。今回は天候もちょうどよく、岩手山を背景にプレーできたので、心も体もリフレッシュできました。

DVD鑑賞

今回は新海誠監督の「言の葉の庭」と「世界の果てまでイッテQ」を観ました。同じものを観て、楽しさや笑いなどを共有する時間はとても心が落ち着きます。

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 東北6県魅力度ランキング

1位: ①	2位: 青森	3位: ②
4位: 福島	5位: ③	6位: 山形

Q2 うまい棒ワーストランキング

1位: ①	2位: ピザ味	3位: ②
A1: ①宮城②秋田③岩手	A2: ①牛タン塩味②なっとう味	※なっとう味は実際にネバネバするらしい。