



デイケア通信 11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!



●認知行動療法 11/19(金) AM

今回は自分の考え方のくせに目を向け、生活しやすくなるための工夫を考えていきましょう。

●コミュニケーショントレーニング 11/29(月)AM

今回は「言語的・非言語的コミュニケーション」と「自己紹介」について考えていきます。みなさん、ぜひ参加してください。



2021年 11月 デイケアプログラム予定



	月	火	水	木	金	土
	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日
午前	自主活動	習字・写経・絵手紙	休診	自主活動	自主活動	自主活動
午後	ミーティング	スポーツ 本宮体育館	休診	雑学で脳を刺激しよう	近場にお買い物 自主活動	休診
	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日
午前	ストレッチ	自主活動	卓球/手芸	DVD鑑賞/自主活動	一時間読書	自主活動
午後	アロマハンドクリーム作り	ミニ運動会 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	休診
	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日
午前	就労支援 価値観を探ろう	自主活動	卓球/手芸	花壇整理(秋じまい)	認知行動療法	卓球/手芸
午後	事業所見学 Dキャラ	手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	先生と話そう /栄養について	県立図書館 自主活動
	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日
午前	自主活動	休診	卓球/手芸	院内陶芸 /自主活動	ホースセラピー 手芸	休診
午後	事業所見学 フロック入	手芸	休診	休診	休診	休診
	11月29日	11月30日				
午前	コミュニケーション トレーニング	自主活動				
午後	晴滝庵他	自主活動	スポーツ 本宮体育館			



11月ミーティング報告

★先月の人気プログラム

- 1位 スポーツ・卓球 (5票)
- 2位 自主活動 (4票)
- 3位 ヨガ・DVD鑑賞・三角ベース (4票)

★メンバーさんからの感想・ご意見

ホースセラピー/馬っこパークで
ボランティア

・馬に乗る時や、掃除をする時に、どんな作業着や長靴を選んでいけばいいのか学ぶこともできたので、とても良い機会になったと思う。



お知らせ

ミニ運動会を開催します！

11月9日(火)に本宮体育館で行います。パン食い競争やフリースロー対決、風船リレーなどをする予定になっています。感染予防を怠らず、楽しく運動会をしていきましょう。



10月のデイケアプログラム報告

鳴滝庵他

今回は花巻の「るんびにい美術館」に行ってきました。こちらの作品は今年のパラリンピックの閉会式の時にプロジェクトマッピングで競技場に投影されました。実際に作品を見て、それぞれの思いや個性が詰まったアートに感動しました。帰りはミッシェル花巻店(パン屋)により、種類豊富のパンを買ったりと、楽しむことができました。

旅行気分を味わおう

デイケアで初めてのプログラムになります。プロジェクターに海外の街並みや風景の動画を映すというものです。今回はクック諸島をみんなで見ました。あまり聞きなれないところでしたが、とてもきれいな砂浜と海が広がっていて、一度行ってみたいと思いました。コロナ渦で旅行に行くのが難しいので、良い気分転換になりました。

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 「オトシレル」を漢字と送り仮名で書いた時に正しいのはどれ？

- ① 陥しいれる
- ② 陥れる
- ③ 陥いれる

A. ②

Q2 東北限定のお菓子はどれ？

- ① めんこちゃんゼリー
- ② にんじん
- ③ きびだんご
- ④ ヤングドーナッツ

A. ①と③