



# デイケア通信



(発行元)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

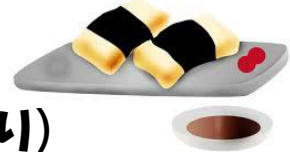
## デイケアとは



- 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。

新年明けましておめでとうございます。昨年はコロナ禍のためプログラムにも影響しご迷惑をお掛けしました。今年は感染対策をしながら少しずつプログラムを見直し、新しい事も取り入れながら行っていきたいと思いますので、どうぞ宜しくお願い致します。

## 1月のおすすめ!



### 1月28日 簡単スイーツ(お餅作り)

休止していた簡単スイーツを1月から月に2回位で再開しました。この日はお餅を餅つき機で作り、海苔醤油もち・きな粉・クルミの3種類作りました。久しぶりだったので感染対策をしっかり行いながら、メンバーさんとスタッフ一緒に楽しい時間を過ごすことが出来ました。お餅は、持ち帰って頂き家でゆっくり食べてもらいました。



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

## 2月ミーティング報告

### ★1月の人気プログラム

- 1位 自主活動、卓球 (6票)
- 2位 ソフトバレー (5票)
- 3位 先生と話そう (4票)

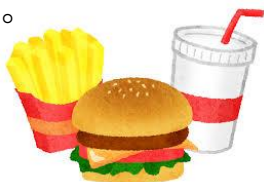
### ★感想

- ボランティアの日に参加・・・ 普段縫い物をやらないので、勉強になりました。
- ソフトバレーに参加・・・ 楽しく参加できた。

## プログラム紹介

### 2月17日「メタボについて」・ 「栄養について」

今回は、最初に看護師からメタボリックシンドロームについてお話しします。メタボは体にどのような影響を起し、どんな事に気を付けていけば良いのか等お話しします。その後、銀河薬局の管理栄養士の本堂さんから、予防法についてお話しして頂きます。自分の体について知る機会にもなると思いますので、是非ご参加下さい。



# プログラム報告

### 1月21日「ボランティアの日」

初めて取り入れたプログラムです。今回は雑巾を手縫いで作りました。男性メンバーさんもスタッフから教えてもらいながら一生懸命チクチクと縫ってくれました。出来上がった雑巾は外来の患者さんなど必要とされる方に差し上げられたらと考えています。例えば小学校の長期休み明け等には必ず持っていかなければならない物なので、ご希望の方はお声をかけて下さい。



### 室内ゲーム (カードゲーム・麻雀)

コロナが流行してから休止していた麻雀ですが、メンバーさんの根強い人気と希望があり、1月から月1回位ですが再開致しました。始めるに当たってゲーム中はゴム手袋の装着とマスクでの最低限の会話をお願いしました。久しぶりの麻雀だったので、楽しみながら集中し満足感も得られたようでした。

## お知らせ

コロナ感染の状況によっては、プログラムを急に変更しなければならない事もあります。その際は、「もりここのホームページ」に変更内容を随時アップしますので、御覧頂ければと思います。お電話でのお問い合わせも可能ですので、よろしくお願いします。

