



# 2022 デイケア通信 秋号

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

## 12月プログラム紹介



**クリスマスツリー飾りつけ**  
玄関とデイケアそれぞれのクリスマスツリーの飾りつけをします。色鮮やかに飾られたツリーはこの時期ならではの華やかさがありますね。

**クリスマスケーキ作り**  
皆でクリスマスケーキを作ります。例年はダイルームで食べておりましたが、コロナ対策のため、自宅に持ち帰っていただきます。

12/26 (月) 午後プログラム  
近場にお買い物  
年末年始の買物をしたい方は、  
予約をお願いします。

12/26 (月) 午前・プログラム  
大掃除・今年を振り返って  
皆で協力してダイルームを掃除し、その後は今年一年を振り返りたいと思います。

## 2022年11月 デイケアプログラム

|    | 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  |
| 午前 |                   | ミーティング              | 卓球/手芸         | 休診                | 簡単クッキング             | 卓球/手芸  |
| 午後 |                   | ミニミニ運動会<br>本宮体育館    | 休診            | 休診                | 室内ゲーム<br>カードゲーム、麻雀他 | 休診     |
|    | 11月7日             | 11月8日               | 11月9日         | 11月10日            | 11月11日              | 11月12日 |
| 午前 | DVD 動画)鑑賞         | 習字・写経<br>絵手紙等       | 卓球/手芸         | 花壇整理              | 新聞を読んで<br>考えよう      | 自主活動   |
| 午後 | アロマハンド<br>トリートメント | スポーツ<br>本宮体育館       | 休診            | 休診                | 事業所見学<br>果里ん亭       | 自主活動   |
|    | 11月14日            | 11月15日              | 11月16日        | 11月17日            | 11月18日              | 11月19日 |
| 午前 | 一時間読書             | 室内ゲーム<br>カードゲーム、麻雀他 | 卓球/手芸         | 簡単クッキング           | 私の一押し<br>教えて下さい     | 卓球/手芸  |
| 午後 | 近場にお買い物           | 自主活動                | スポーツ<br>本宮体育館 | 休診                | ヨガ<br>心と身体をリフレッシュ   | 先生と話そう |
|    | 11月21日            | 11月22日              | 11月23日        | 11月24日            | 11月25日              | 11月26日 |
| 午前 | 自分の強み<br>(資質)について | DVD 動画)鑑賞           | 休診            | ボランティアの日          | 自主活動                | 自主活動   |
| 午後 | 雑学で脳を刺激しよう        | スポーツ<br>本宮体育館       | 休診            | ヨガ<br>心と身体をリフレッシュ | 事業所見学<br>チャルム       | 自主活動   |
|    | 11月28日            | 11月29日              | 11月30日        |                   |                     |        |
| 午前 | 秋じまい              | 室内ゲーム<br>カードゲーム、麻雀他 | 卓球/手芸         |                   |                     |        |
| 午後 | 鳴滝庵他              | 自主活動                | スポーツ<br>本宮体育館 | 休診                |                     |        |

# 11月ミーティング報告

## ★10月の人気プログラム

- 1位 スポーツ(ソフトバレー)、自主活動
- 2位 卓球、簡単クッキング
- 3位 花壇整理、ホースセラピー  
三角ベース、県立美術館

## ★メンバーさんからの感想・ご意見

### 室内ゲーム

・適度にコミュニケーションがとれて、良いと感じた。

### 卓球

・話さなくとも皆と遊べるので楽しいです。



## 11月のプログラム



☆ミニ運動会は、フリースロー、ドリブル、ピンポン玉運び等の競技を行い、体育館はたくさんの笑いに包まれました。

☆秋じまい（花壇整理）では、咲き終えた花の株や落ち葉を片付け、楽しませてくれた花に感謝しましょう。



Merry  
Christmas



## 雑学コーナー

①意外にも青森県が生産量全国1位は？

1. 洋梨 2. キウイフルーツ 3. カシス

②この漢字なんて読む？

1. 束子 2. 抽斗 3. 翻車魚

①答え 3. カシス

②答え 1. たわし 2. ひきだし 3. マンボウ



コロナ第8波の真ただ中ではありますが、デイケアは出来る限りの感染対策を行いながら、プログラムを行いたいと考えております。

移動の車中は会話を控える、デイケアルーム出入りの時間の徹底、昼食時の黙食、密を避けるなど、これからも、感染対策のご協力を

お願いいたします。

