



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

8月プログラム紹介

就労支援 8月21日

もりおか若者サポートステーションの講師の方による
就職に役立つ「報・連・相」のコツ
 についての講義です。

近場にお買い物 8月7日

お盆休みが近いので、イオン等に買い物に行く予定です。その日の天気により場所が変更する場合があります。

8/21(月) 午後プログラム

煙山ひまわりパーク
 一面のひまわり畑の見学に
 一緒に行きませんか。

8/24(木) 午後・プログラム

簡単クッキング
 夏にぴったり、冷やし坦々素麺を作ります。
 スープも肉みそも手作りする予定です

2023年8月 デイケアプログラム

	月	火	水	木	金	土
		8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日
午前		ミーティング	卓球/手芸	休診	DVD(動画)鑑賞	自主活動
午後		スポーツ 本宮体育館	休診	室内ゲーム カードゲーム、麻雀他	BeBA TERRACE 自主活動	休診
	8月7日	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日
午前	近場にお買い物 自主活動	習字・写経 絵手紙	卓球/手芸	簡単クッキング 春巻き	休診	休診
午後	アロマハンド トリートメント	スポーツ 本宮体育館	休診	三角ベース 灰候により変更あり	休診	休診
	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日
午前	休診	休診	卓球/手芸	花壇整理	室内ゲーム カードゲーム、麻雀他	卓球/手芸
午後	休診	休診	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	石神の丘 美術館 自主活動	休診
	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日
午前	就職に役立つ 報・連・相のコツ	ボランティアの日	卓球/手芸	簡単クッキング 冷やし坦々素麺	雑学で脳を刺激しよう	自主活動
午後	煙山ひまわり パーク 自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	栄養について	ひめかみの風 B型見学 自主活動	休診
	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日		
午前	DVD(動画)鑑賞	室内ゲーム カードゲーム、麻雀他	卓球/手芸	花壇整理		
午後	鳴滝庵他 自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ		

7月ミーティング報告

★6月の人気プログラム

- 1位 新緑ドライブ(花巻温泉バラ園)
- 2位 ソフトバレー、簡単クッキング
- 3位 ホースセラピー、事業所見学ポルタ、アロマハンドトリートメント、自主活動

★メンバーさんからの感想・ご意見

花壇整理

・心を落ち着かせることができた。

新緑ドライブ

- ・みんなで行ったら楽しかった。
- ・とにかく美しかった。

ボランティアの日

・初めて(雑巾を)一枚完成させられた。



7月のプログラム

☆七夕飾りつけは、折り紙で七夕飾りを作ったり

短冊に願い事を書いて飾ります。

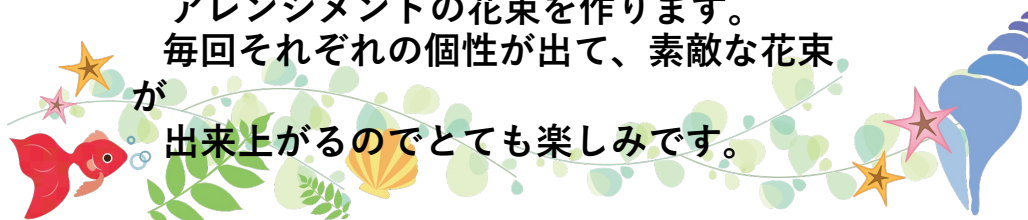
☆皆様の願いが叶い、産直で購入した地元の花で

アレンジメントの花束を作ります。

毎回それぞれの個性が出て、素敵な花束

が

出来上がるのでとても楽しみです。



雑学(7/21)より

- ①脱穀する前のお米はなん言う？
- ②琵琶湖は滋賀県の面積のどのくらい？
- ③アラビア産のコーヒー豆を何と言う？

①粳(もみ)

②約1/6

③モカ

毎日暑い日が続いていますが、デイケアでは運動プログラムを、継続的に行っております。

熱中症対策や怪我防止のためにも、水分補給や休憩を取りながら、無理せず行いたいと思います。

また、コロナの感染者も増えていますので、感染対策等も十分留意して参加をお願いいたします。