

令和6年

# デイケア通信

## 秋・冬号

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

## 秋の運動会(^^)/

11月25日(月)、毎年恒例の「もりここ秋の運動会」を太田地区活動センターにて開催しました♪  
パン取り競争では、勢い余ってパンが床に転がったり、みんな笑顔が絶えない半日となりました。  
段ボールをどんどん積み重ねて走るという「宅配便リレー」では、チーム毎に知恵を出し合い、効率良くゴールしていました(^^♪  
初めて参加されたメンバーさんも、メンバーさん同士でフォローし合い、安心して参加出来たようです☆

もりここ 秋の大運動会

プログラム	点数	ルール
1 ボール送り	50 2回	ネットバレーのボールを頭上で渡します
2 バットリレー	50 2回	バットの中に、たて紙のボールを入れ、こぼさないように!
3 ラクビーパス競争	50 2回	チームごとに、ラクビーボールをパスし合ってゴール!
4 宅配便リレー	50 2回	段々に増える段ボールを積んで走りましょう
5 借り物競争	個人 10	指示された指示音を見つけよう!
6 パン取り競争	個人 10	上下に動くロープに付着したパンを落とさないように!
7 ストライクボード	3球 個人	スタッフ手作りのストライクボードです
8 フリースロー	入場人数 30	高得点を狙ってスリーポイントシュートあり



# 12月ミーティング報告

## ★11月の人気プログラム

1位 自主活動

2位 秋の運動会・カラオケ・ボランティア

3位 室内ゲーム、クッキング

### メンバーさんからの声

#### 運動会

- ・みんなで協力して盛り上がった。
- ・勇気を出して参加しました。とても楽しい思い出になりました。

#### 近場にお買い物

久しぶりに雫石方面に出かけて気分転換になりました。

## 12月26日(木)

### 薬について

銀河薬局さんから薬剤師さんが来て、薬について色々な講義をしていただきます。今回は、機械を用いて、肌の潤いチェックもします☆

### クリスマスリース作り

11月29日(金)、クリスマスリース作りをしました♪リースの土台に麻糸を巻いて可愛くして方もいれば、上手に木の実をボンドで付けて、クリスマスらしいリースを作っている方もいました。

12月23日(月)は、「しめ縄作り」を行います。お正月に向けて可愛いしめ縄を作りますよ(^\_^♪



### 簡単クッキング

12月20日(金)は、クリスマススイーツを作ります☆  
1月はお餅を使ったメニューを考えています(^^♪  
料理に自信がない方でも、スタッフが教えますので  
良かったら挑戦してみてくださいね(^\_-)-☆

令和7年も宜しくお願いいたします！  
もりここデイケアスタッフ一同(^\_-)-☆