

9月のデイケアだより

1. ものづくり 第1(火)午後、第3(木)午後

Q1:どんなものを作っていますか？

革細工がメインで個別で活動したり、共同作品に取り組んでいる人もいます。初めての方は、しおりかコースターを製作してもらいます。最初は小さな作品からスタートし、慣れると大きなものも作れます。

Q2:どのような工程がありますか？

何を作るか、デザインを決めて、刻印棒で模様をつけます。色を付けて、ニス塗りをし、ボタンや金具を付けて、縫い合わせると完成です。小銭入れやキーケースを作製する人が多いです。

Q3:どのようなところが楽しいですか？

全部楽しい！！デザインなどを考えて、世界にひとつだけのオリジナル作品を仕上げるのが楽しいです。折角作るのならば素敵に作りたくて夢中になります。ものを作るのが好きなタイプの方は、集中することでリラックスできます。

ちなみに、牛革を使い材料費だけで作製できます。しおり70円、小銭入れは350円です。



端材で作りました

2. 就労プログラム 毎週(水)午前・午後

午前中は生活リズムのチェックと、アサーション(DESC法)などのコミュニケーションスキルの勉強、午後はグループワークを通しての実践を目的に「デイケアだより作成」をしています。

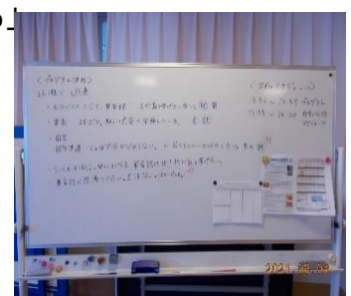
アサーションとは、相手を傷つけずにしっかりと自己主張するスキルの一つです。トレーニングを通じて、お互いを尊重しながら率直に自己表現できるようになることを目指しています。

DESC法とは、会話の「基本的な型」のことです。

「Describe:描写する、Explain:説明する、Specify:提案する、Choose:選択する」この4つの頭文字を取ったものです。DESC法はアサーティブなコミュニケーションの1つです。日常で実践できるように訓練しています。

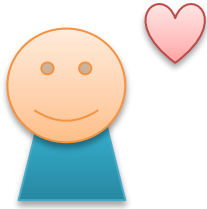
他に、WRAP(ラップ)「元気回復行動プラン」として、体調が悪くなった時の事前の対処法をロールプレイングしています。

◆参加するには主治医の許可が必要です。



※ このページは就労準備プログラムに参加しているメンバーが作成しています！

9月のハートフルデイケア予定表

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)		
<p>プログラムは予告なく変更となる事がありますので、予めご了承ください。</p>		ボクササイズ	園芸	DVD体操	清掃活動		
		就労準備	創作	農園	ストレッチ		
		音楽	栄養教室	卓球	フラワーアレンジメント		
		就労準備	ボクササイズ	お楽しみ	卓球		
		6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
午前10時～11時15分	園芸／農園	絵画	ボクササイズ	園芸	体操／農園	清掃活動	
	DVD体操	卓球／清掃	就労準備	創作	あーだこーだ	DVD体操	
午後1時半～2時40分	みんなでトーク	DVD体操	音楽	ボクササイズ	当事者研究	フラワーアレンジメント	
	卓球	ものづくり やさしい心理講座	就労準備	陶芸 SST(基礎)	卓球 お楽しみ	卓球	
		13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
午前10時～11時15分	園芸／農園	絵画	ボクササイズ	園芸	DVD体操	清掃活動	
	DVD体操	卓球／清掃	就労準備	創作	農園	ストレッチ	
午後1時半～2時40分	みんなでトーク	DVD体操	音楽	ボクササイズ	卓球	フラワーアレンジメント	
	卓球	SST(応用)	就労準備	ものづくり SST(基礎)	お楽しみ	卓球	
		20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
午前10時～11時15分	お休み (敬老の日)	絵画	メンバーミーティング	お休み (秋分の日)	自転車教室	英会話/体操	
		卓球／清掃			農園	働く人の座談会	
午後1時半～2時40分		DVD体操	誕生日会		当事者研究	フラワーアレンジメント	
		SST(応用)	就労準備		卓球 お楽しみ	卓球	
		27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
午前10時～11時15分	園芸／農園	絵画	ボクササイズ	園芸			
	DVD体操	卓球／清掃	就労準備	創作			
午後1時半～2時40分	みんなでトーク	DVD体操	音楽	ボクササイズ			
	卓球	SST(応用)	就労準備	陶芸 SST(基礎)			

大掃除

傘立ての整理を月末の晴れた日に行うことになりました。玄関をきれいに保つため、置き傘はしないようお願いいたします。

★補足★

9:25～ ラジオ体操
 9:30～ 朝のミーティング
 10:20 昼食注文 締切
 14:50～ 午後のミーティング
 15:00 夕食注文 締切

デイケアへのお問い合わせ 044-833-7388(直通)

9月のプログラム&イベント

1. 就労準備プログラム (水)午前・午後

就労準備プログラムは主治医に相談の上ご参加ください。

↓就労関連プログラムは水曜以外にもありますので、併せてご参加ください。

第1(月)午前・月間スケジュールと目標(対象:就労の希望がある方)9月分は8/30(月)実施。

第1(火)午後・やさしい心理講座(対象:就労準備プログラムに参加中の方)

25日(土)午前・働く人の座談会(対象:現在就労しているデイケアメンバー)

※29日(水)午後 就労移行支援事業所の方をお呼びして、説明会を実施する予定です。

2. 栄養教室 9月2日(木)午後

9月のはのテーマは「残暑を乗り切る食事」と「食欲の秋」です。

最近では9月になっても暑さが厳しく、「秋バテ」なんて言葉もよく聞かれますね。

一方で、秋は食欲が増すという方もいるでしょう。食べ過ぎに気を付けながら秋の味覚や食事を楽しみましょう🍎

3. あーだこーだ 9月10日(金)午前

9月のあーだこーだ、テーマは「幸せ」についてです。

皆さんにとっては「幸せ」とは何でしょう？日々の中で「幸せ」を感じることはありますか？

誰もが関心の持てるテーマだと思います。この機会を使ってぜひ語り合いましょう。

4. SST (火)午後:応用編(※) (木)午後:基礎編

(火)は臨床心理士のスタッフを招き「応用編」として実施します。

「応用編」の対象メンバーはスタッフがお誘いした方のみとなりますので予めご了承ください。

(木)はこれまで通りデイケアのスタッフが行う「基礎編」です。

こちらはSSTに関心のある方はどなたでもご参加いただけます。

5. 自転車教室 (高津警察) 9月24日(金)午前

高津警察の方をお招きして自転車教室を実施します。

天気が良ければ駐車場の一部を使用して演習も行う予定です。

事故を起こさない、事故に遭わないために、正しい交通ルールを確認しましょう！！

6. 清掃活動 ~クリーン・スター~ (火)・(土)午前

これまで月曜日と土曜日に行っていた清掃活動ですが、7月から火曜日と土曜日に変更となっています。申し込み方法はこれまで通り。

初めて参加する方は当日申し込みが出来ませんので必ず事前申し込みをお願いします。

持ち物は、飲み物・お薬手帳・帽子などが必要です。お忘れなく！！

7. ボクササイズ (水)午前・(木)午後

9月よりボクササイズは(水)午前・(木)午後に実施することになりました。

これまで原則(水)午前と夕方に不定期で実施していましたが、今後は夕方は行わず

代わりに(木)午後が追加となります。午後なら参加できるという方は是非ご参加ください！

お知らせ

★ 参加時間 ★

	実施曜日	入室時間	滞在時間
ショートケア(午前)	月～土	9～10時	3時間
ショートケア(午後)	月～土	12～14時	3時間
デイケア	月～土	9～10時	6時間

※ ショート(午後)は昼食を食べる場合を含め、12時以降に入室してください。

★外出可能な時間……12:30～13:00 デイケア参加者

15:30～16:00 デイケアで夕食まで残る人

※ショートケアで参加の場合途中の外出はできません

< 感染対策について >

1、入室手順の変更

◎デイケア前に並ぶのは8時50分以降にしてください。外来で待つことも出来ません。

①検温(玄関ホール)

②手指消毒(玄関ホール)

③入室…男性Aホール、女性Bホールから入室してください。

③手洗い…男性Aホール、女性Bホールの流しを使用。

1、外用マスクを外す→ 2、手洗い→ 3、院内用マスクを付ける

※マスクを忘れた場合は院内売店でご購入をお願い致します。

※問診票の代わりに出席簿の体調「良/不良」の欄への記入をお願い致します。

2、持ち物について

・筆記用具(個人活動で使う色鉛筆等を含む)をご持参ください。

・デイケア(院内)専用マスクをご持参ください。外から付けてきたマスクは捨てるか手荷物へ。

・冷蔵庫は使用できないため、要冷蔵の飲食物の持ち込みはご遠慮ください。

・荷物や上着は基本的にロッカーにしまい、席には置かないようお願いいたします。

3、プログラムについて

・プログラム参加者が多い場合、参加していない方に移動をお願いすることがあります。



支柱

こっちがキュウリ

農園や園芸で育てた野菜たちは、8月に収穫の時期を迎えました。

形や味はまだまだですが、皆さんで試食をしたり、職員に販売・配布を行いました！！



フラワーアレンジメントより。この日は
・ガーベラ
・アスター
・スターチスでした。

一緒に飾られている鬼灯(ほおずき)は絵画のモチーフでした。