

11月のデイケアだよ!

1. 創作 毎週(木)午前

創作に参加しているメンバーさんに感想を聞きました。

- ・茅葺き屋根に見えるように毛糸を使いました。
- ・窓も透明感を出すためフィルムを張りました。
- ・かかしは布を張ってリアルに見せました。
- ・稲穂を作っているうちに紙粘土が乾いてしまって大変でした。
- ・みんなで協力できました。



2. 音楽 毎週(水)午後

先生にプログラムの内容について教えて頂きました。

コロナ禍で歌が歌えなくなったので、メンバーと話し合いをした結果、ハンドベル・電子ピアノ・打楽器で合奏をすることになりました。曲は、親から子、子から孫に伝えられる日本の名曲「日本の歌百選」から選曲しています。季節季節にあった歌を、デイケアにある楽器で皆が楽しめるようにアレンジしています。8月は「夏の思い出」、9月は「赤とんぼ」、10月は収穫の秋ということで「村祭」です。月に3回練習をし、4週目の誕生日会で発表しています。



先生はテレビドラマや演劇の音楽の作曲・編曲をした音楽ディレクターだったそうです。毎月、楽譜をアレンジして下さっているとすごいですね。

3. ボクササイズ 毎週(水)午前・(木)午後

昨年12月から始まったボクササイズも約1年が経とうとしています。

インストラクターにインタビューしてみました。

Q.どんなプログラムですか？

始めは初心者向けのエクササイズでしたが、今はパンチやキックなど、一人一人に合わせた実践的な動きをしています。

Q.1年前と変わったことはありますか？

30秒から1分間だけだった打ち込みが、今は一人3分間出来るようになりました。

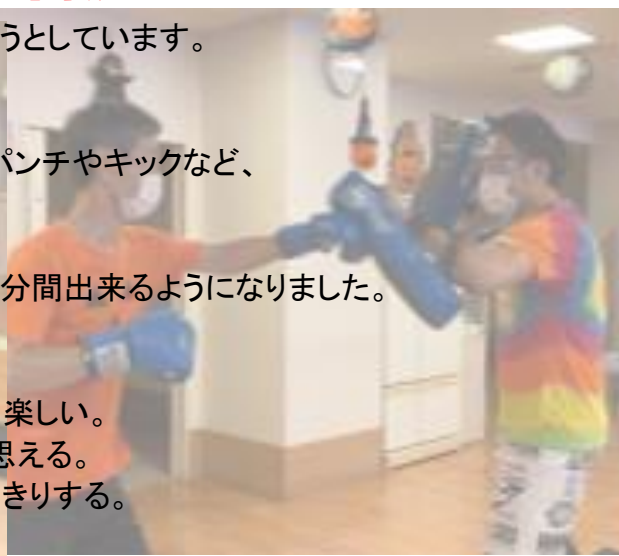
プラスα 腹筋トレーニングをしています。

参加メンバーの話

他のスポーツとは動きが違うので新しい発見があり楽しい。

その日だけでもデイケアに来れるように頑張ろうと思える。

1年やって成長出来た気がする。終わった後はすっきりする。



※ 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！

11月のハートフルデイケア予定表

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
午前10時～11時15分	園芸／農園 体操／就労	絵画 卓球／清掃	文化の日	園芸 創作	農園 DVD体操	清掃活動 ストレッチ
午後1時半～2時40分	みんなでトーク 卓球	DVD体操 ものづくり やさしい心理講座		ボクササイズ 栄養教室	卓球 お楽しみ	フラワーアレンジメント 卓球
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
午前10時～11時15分	園芸／農園 DVD体操	絵画 卓球／清掃	ボクササイズ 就労準備	園芸 創作	体操／農園 あーだこーだ	清掃活動 DVD体操
午後1時半～2時40分	みんなでトーク 卓球	DVD体操 SST(応用)	音楽 就労準備	ボクササイズ 陶芸 SST(基礎)	当事者研究 卓球 お楽しみ	フラワーアレンジメント 卓球
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
午前10時～11時15分	園芸／農園 DVD体操	絵画 卓球／清掃	ボクササイズ 就労準備	園芸 創作	農園 DVD体操	清掃活動 ストレッチ
午後1時半～2時40分	みんなでトーク 卓球	DVD体操 SST(応用)	音楽 就労準備	ボクササイズ ものづくり SST(基礎)	卓球 お楽しみ	フラワーアレンジメント 卓球
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
午前10時～11時15分	園芸／農園 DVD体操	秋分の日	メンバーミーティング	園芸 創作	農園 DVD体操	働く人の座談会 英会話／体操
午後1時半～2時40分	みんなでトーク 卓球		誕生日会 就労準備	ボクササイズ 陶芸 SST(基礎)	当事者研究 卓球 お楽しみ	フラワーアレンジメント 卓球
	29(月)	30(火)	<div data-bbox="667 1458 1241 1659" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> 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。 </div>			
午前10時～11時15分	園芸／農園 DVD体操	絵画 卓球／清掃				
午後1時半～2時40分	みんなでトーク 卓球	DVD体操 SST(応用)				

★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

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。

デイケアへのお問い合わせ 044-833-7388

11月のプログラム&イベント

1. 清掃活動 ～クリーン・スター～ (火)・(土)午前

病院周辺をお散歩しながら、空き缶やたばこの吸い殻などのゴミを拾っています。気分転換や運動になり、更には社会貢献にもなるという素敵なプログラムです！！初めての方に限り事前申し込みが必須となっております。ご注意ください。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！！

2. 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)
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)
第4(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)

3. 音楽プログラム

長年このプログラムに携わってきたスタッフの退職を受け、音楽プログラムは12月以降お休みとなります。そのため、合奏は11月17日が最後となります。12月以降の(水)午後は新プログラムは現在準備中。詳細は追ってお知らせします！！

4. あーだこーだ 11月12日(金)午前

先月は台風の影響で中止になってしまいました。そのため、テーマは持ち越しで「入院について」を行います。入院の経験がある人もない人も、他のメンバーさんとお話をしをしてみませんか。

5. SST (火)午後:応用編(*) (木)午後:基礎編

(火)は臨床心理士を招き「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。

6. お楽しみプログラム 11月19日・26日(金)午後

11月後半のお楽しみプログラムは『書道』を行います。指導は書道の師範の資格を持った職員が行います。気分転換にやりたい方も、本格的にやりたい方も参加をお待ちしています♪
道具を持っている方は持参して頂いても構いません。持っていない方はデイケアにあるものを使うことができます。



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。



園芸の収穫

秋祭りの準備をした
デイケアホール★

さつまいも🍠！！



袋詰めされた乾燥唐辛子☐

