

3月のデイケアだより

1. 新春BINGO大会

1月7日(金)午前に行われた新春ビンゴ大会、6日の大雪の影響により参加者が少なかったため、急遽1月28日(金)午前にも開催されました。
特賞から参加賞まで数々の商品が全員に当たって、大盛況でした。

BINGO大会参加者の声…

◎7日に2等の「ジバンシー・コーヒーカップセット」が当たりました。

実際にコーヒーを入れて飲んでみると、普段より美味しく感じました。

◎28日に特賞の「QUOカード」が当たりました。

コンビニで買い物に使用できるのでとても助かってます。



2. 創作 (木) 午前

今回の作品は、富士山の前の湖に白鳥が舞い降りた風景を描いたものになります。
白鳥や氷が立体的に表現されていて、美しく仕上がりました。
ぜひ近くで見てください。

メンバーの声は…

【山】土台を新聞紙でぬらして作ったのが難しかった。

【湖・氷】カットするのが難しかった。

【白鳥】平面の紙に綿を入れて立体にした。

【椿】思ったよりスムーズに仕上がった。

など、カレンダーの脇に皆さんの感想が貼り出されています。



※ 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！

3月のハートフルデイケア予定表

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。

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	
		絵画	ハトフルジム	園芸	DVD体操	清掃活動	
		卓球/清掃	就労準備	創作	書道	ストレッチ	
		DVD体操	音楽	ハトフルジム	卓球	フラワー アレンジメント	
		ものづくり(陶芸)	就労準備	栄養教室	農園	卓球	
		7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
午前10時 ~ 11時15分	園芸	絵画	ハトフルジム	園芸	DVD体操	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	ハトフルジム	当事者研究	フラワー アレンジメント	
	卓球 農園	SST(応用)	就労準備	ものづくり(陶芸) SST(基礎)	卓球 農園	卓球	
		14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
午前10時 ~ 11時15分	園芸	絵画	ハトフルジム	園芸	DVD体操	清掃活動	
	DVD体操	卓球/清掃	就労準備	創作	書道	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	ハトフルジム	卓球	フラワー アレンジメント	
	卓球 農園	SST(応用)	就労準備	ものづくり(陶芸) SST(基礎)	農園	卓球	
		21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
午前10時 ~ 11時15分	春分の日	絵画	メンバー ミーティング	園芸	DVD体操	働く人の座談会 英会話/体操	
		卓球/清掃		創作			
午後1時 半~2時 40分	春分の日	DVD体操	誕生日会	ハトフルジム	当事者研究	フラワー アレンジメント	
		SST(応用)	就労準備	ものづくり(陶芸) SST(基礎)	卓球 農園	卓球	
		28(月)	29(火)	30(水)	31(木)		
午前10時 ~ 11時15分	園芸/就労	絵画	ハトフルジム	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	ダルク演奏会	ハトフルジム			
	卓球 農園	福祉座談会		ものづくり(陶芸) SST(基礎)			

★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

※「ハトフルジム」はボクササイズの事です。

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

3月のプログラム&イベント

1. SST は応用(火)午後と基礎(木)午後があります

SST応用(火)は固定メンバーで実施しています。

SST基礎(木)はいつも通り第1以外は実施予定です。どなたでも参加できますのでコミュニケーションに関心のある方はぜひ見学に来てください。

2. 就労準備プログラム

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。

月初または月末の(月)午前・月間スケジュール表(対象:就労を検討している方)

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)※3月はお休み

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. 栄養教室 3月3日(木)午後

3月の栄養教室のテーマは「ローリングストック」です。

災害などに備えて保管している食品を、定期的に普段の食事にも使用して期限が切れないように入れ替えを行う備蓄方法の事です。

どんな食品が向いているかと、入れ替え時に活用できるレシピを教えてください♪

4. ものづくり・陶芸・絵画 にご参加の皆様へ

3月は年度末という事で、今月末までに作品の整理・処分を行います！

途中・完成品問わず置きっぱなしになっている作品はご自身で処分するか、お持ち帰り下さい。絵画の作品が多い方は、1冊のファイルに収まるよう枚数を減らしてください。

4月以降も放置されている作品は、スタッフが整理・処分を行いますので予めご了承ください。

5. 当事者研究

参加者の方が自分の苦労について研究をしていくプログラムです。

自分の苦労のパターンを探り、有効な対策を考えたり、それを試してみたりします。

また、他の人の研究に協力することで自分の役に立つこともあります。

興味のある方は是非見学に来てください！

6. 福祉座談会

久しぶりに福祉座談会を行います！

テーマは皆さんのご意見を伺いながら決めていきたいと思えます。

ご希望のテーマや、知りたい制度や社会資源があればお声かけ下さい。

7. 川崎DARC(ダルク)演奏会 3月30日(水)午後

DARC(ダルク)は1985年に日本で初めて薬物依存者の回復のために作られた施設です。

川崎市高津区にも2004年に開設され、「川崎ダルク」として活動を続けています。

日々、ミーティングを中心としたピアサポート(当事者同士の相互支援)を行う傍ら、

琉球太鼓と演舞の練習もされており、今回は「エイサー」のパフォーマンスを披露して頂きます。ダイナミックな動きと掛け声を楽しむため、会場は屋外です。

雨天時は延期のため、詳細は日程が近づいてからのお知らせになります。

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

プランターの大根とニンジン収穫しました！
どれも小さいですが、かわいらしくて面白い形でした。
スーパーでは見かけない葉っぱも沢山ついていましたね。



折り紙サークルより

新しいサイコロが届きました！！

以前のサイコロがだいぶ古くなり形が崩れてきたため新しいものを作ってもらいました。今回は中に新聞紙を丸めて入れることで変形しづらく改良されています。角の補強もしっかりされており、今後のレクリエーションで活躍してくれそうですね！



