

2024年 1月号



デイケア通信

(特定)医療法人社団
薫風会山田病院

『デイケア』とは様々なプログラムを通じて、利用者同士が交流しながら地域で生活を行っていくためのリハビリテーションの場です。日中の活動の場所として過ごす他に『ブラッシュアップデイケア（一歩を踏み出す）』『POP(再発予防)』『ワルツ(シニア向け)』『マーチ(就労準備)』などの目的別プログラムもご用意しています。

新年あけましておめでとうございます。

今年のお正月はお天気にも恵まれ比較的暖かな日が続きました。

皆さま、お正月はどのように過ごされましたでしょうか。

デイケアでは、1月7日に新年茶話会を開催し、今年の抱負について参加メンバー同士発表し合いました。

また、1月17日に、田無神社まで初詣に行ってきました。

プログラムとしては、手芸部がスタートしました。以前から取り組んでいる編み物や羊毛フェルトに加え、最近はやっているモールドで作るマスコット作りにも取り組んでいます。ふわふわと、かわいいマスコットには癒されます。

園芸プログラムでは物価高騰が続く中、白菜が豊作でした。

メンバーから自宅で鍋などに入れて美味しくいただいたと感想をいただきました。

今後も利用者・ご家族に喜んでいただけるよう取り組んでいきます。

引き続きデイケア活動にご理解とご協力の程よろしくお願い申し上げます。

フラワーアレンジメント



プログラム「園芸」



羊毛フェルト



「フラッシュアップデイケア」

フラッシュアップデイケアは、デイケアに慣れてきて「そろそろ何か始めていきたい」「この先何をしたいかよくわからない」「就労について考えてみたい」という思いのある方を対象としたプログラムです。
月ごとの登録制で、少人数でグループで実施しています。

振り返りと今後の予定

～ 1月の取り組み ～

公開講

- ◆1月6日（月）午後
エクササイズ「連想一文字」
登録者以外の利用者さんも参加OKの公開講座で実施しました。お題から連想したものを、ペアであわせるゲームを行いました。盛り上がり、楽しく頭を働かされるエクササイズになりました。

★1月は6名の方の登録がありました★

☆2月の参加登録者も募集中です☆

- ◆1月16日（木）午後
就労準備体験「働くための下準備～健康管理編～」
以前実施した健康管理のワークの続きを行いました。体調や生活について改めて振り返ると、自分の特長ややりポイントがみえてきました。お互いの健康管理も紹介しあいました。

- ◆1月24日（金）午前
社会資源の利用「絵馬を書こう！」
病院の近くにある田無神社へ、絵馬を書きにいきました。へびのイラストが描かれた華やかな絵馬に、それぞれの想いを込めました。



- ◆1月29日（水）午後
就労準備体験「ストレスについて考えよう」
自分のストレスとケア方法を考えました。お互いのストレスや対処法を発表しあうと、気づきがあり新たに対処法が増えたりと有意義な時間になりました。～

～ 2月の予定 ～

- 3日（月）社会資源の利用「まちライブラリーにいこう！」
 - 10日（月）就労準備体験「PSWの仕事紹介・お勧めの社会資源について」
 - 20日（木）社会資源の利用「作業所見学にいこう！」
 - 26日（水）検討中です♪
- *都合により予定が変更になる場合があります。

「ワルツ」活動報告

「ワルツ」は、50歳以上の方々が日中の時間帯に安心して過ごせる場として、座談・体力づくり・手工芸、調理活動、外出などのプログラムを通して楽しみながら『ご本人らしさ』を発揮する場所です。

対象年齢が「50歳以上」になりました

振り返りと今後の予定

～ 1月の取り組み ～

◆18日(土) ピンクレディーライブDVD鑑賞
2004年11月に再結成した時のライブDVDを鑑賞。往年のヒット曲に体を揺らして楽しそうにリズムをとっている方もいらっしゃいました。2人のトークが意外に楽しく、当時46、7歳のピンクレディーが酸素吸入をしながら命の危機を訴える場面は面白かったです。それにしても踊りながら歌う2人の姿は本物のプロだと思います。感動しました。



◆22日(水) ドリームカード 西洋おみくじ
喫茶店でケーキを食べながらドリームカードを引きました。ただ引くだけなのに各自が自分に合ったメッセージカードを受け取ったことが驚きでした。また来年もやりたいと思います。



◆31日(金) 豆大福をつくろう
電子レンジで豆大福をつくりました。お餅が手にくっついてしまい、離れなくなるというアクシデントもありましたが、最後は綺麗な形の豆大福が出来上がりました。お抹茶と共に味わいました。上品な甘さで美味しかったです。



～ 2月の予定 ～

15日(土) 回想法 バレンタイン
25日(火) ピンクレディーでダイエット
*都合により予定が変更になる場合があります。





ポップ（再発予防プログラム）に参加してみませんか

ポップは再発しない為のリハビリテーションプログラムです。プログラム参加を通して、主に急性期症状が治まった後の症状コントロールや再発予防方法を身につけていきます。病気や薬について知りたい・生活ペースを取り戻したいなど、ためになるプログラムが用意されています。

ポップ【POP】とは、Poco-a-poco(音楽用語で“少しずつ”)One step(一歩ずつ)という意味が込められています。みんなで少しずつ、一歩ずつ進んでいきましょう！

【心理教育の内容のご紹介】

- ・回復について
- ・精神疾患と症状について
- ・社会の中での支え、サポート作り
- ・服薬について
- ・再発防止計画
- ・福祉、保健、医療サービスの利用について

*開催日時はデイケアまでお問合せください。



デイケア・ナイトケアプログラム R7年 2月						薫風会山田病院
月(Mon)	火(Tue)	水(Wed)	木(Thu)	金(Fri)	土(Sat)	
 <p>※ 感染症が流行しています ※ 改めて、手洗い・手指消毒・デイケア内でのマスク着用など、ご協力お願いします。 ★手芸の時間…フェルト手芸やモールドールなど、最近導入された手芸作品を作ります。 📌 マークの日は『わかばの会』を実施します。</p>						1 スクラッチアート 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 みんなの家
3 ぬり絵教室 ゆあぼいす 麻雀 体育館プログラム ブラッシュアップ① 麻雀、くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	4 書道 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 頭の体操 デカフェ① 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	5 ヨガ・ストレッチ くつろぎ ゲーム・創作 コミュニケーション講座(ゲーム) 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 ナイトケア	6 フラワーアレンジメント 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 話し合い キレイキレイ 🍪 ナイトケア	7 編み物 園芸 麻雀 ゲートボール 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	8 ペン字 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 絵画 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作(話し合い)	ナイトケア
10 七宝 ブラッシュアップ② 麻雀 ネイル教室☆ 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	11 建国記念の日 	12 スクラッチアート 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 e-エクササイズ デカフェ② 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 ナイトケア	13 カラオケBOX 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 身体測定プログラム 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 📌 ナイトケア	14 園芸 手芸の時間 麻雀 ゲートボール 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 🍪	15 ヨガ・ストレッチ ワルツ① くつろぎ、ゲーム・創作 みんなの家	ナイトケア
17 ペン字 デカフェ③ 麻雀 健康と生活 くつろぎ、ゲーム・創作 ナイトケア	18 書道 ブラッシュアップ③ 麻雀 散歩 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作	19 映画鑑賞 くつろぎ ゲーム・創作 映画鑑賞 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	20 ぬり絵教室 ゆあぼいす 麻雀 シノさん体操 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 ナイトケア	21 編み物 園芸 麻雀 フラワーアレンジメント ゲートボール 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	22 e-エクササイズ 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 みんなの家 ナイトケア	
24 振替休日 	25 シノさん体操 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 レザークラフト ワルツ② 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	26 創作の時間 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 モルック ブラッシュアップ④ 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 ナイトケア	27 頭の体操 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 読書の時間 デカフェ(営業) くつろぎ、ゲーム・創作 ナイトケア	28 園芸 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 ゲートボール 麻雀 くつろぎ、ゲーム・創作 📌		

お問合せは 薫風会山田病院 デイケア室 ☎042-461-0005 (代表) ホームページはこちら

