



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（一步を踏み出す）』『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。

梅の便りもきかれ、春の訪れを感じる頃となりました。
3月並みの気温が続いたかと思えば、真冬の寒さに逆戻り、
体調管理が難しい2月でしたが、皆さまお変わりありませんでしょうか。
デイケアでは、外部講師プログラム「フラワーアレンジメント」で、バレンタインをイメージしたお花や春らしいお花でアレンジメントを作成しました。
また、3月3日のひな祭りには、昼食メニューとして、彩り鮮やかなちらし寿司・お花のお麩が入ったすまし汁・桜餅・煮物が提供されました。お食事を見て「かわいい！」思わず声があがってしまいました。もちろん美味しく頂きました。
何気ない毎日の中で、皆さまと季節を感じ、喜べることに幸せを感じます。
春が近づき三寒四温のこの頃ですが、どうぞご自愛下さい。
3月は新たにプログラムに「リラックスタイム♪アロマスプレー作り」が仲間入りします。
アロマの香りで癒しの時間を一緒に過ごしてみませんか。
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。

3月3日ひな祭り お楽しみメニュー

フラワーアレンジメント



「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

～ 2月の取り組み ～

◆2月3日（月）午後

社会資源の活用「まちライブラリーに行こう！
西東京市にあるくまちライブラリー@MUFGPARK>
に行ってきた。残念ながら定休日でしたが、
参加者からは新しい散歩コースが発掘できた等の
感想を頂きました。

★2月は 6名の方の
登録がありました★

◆2月10日（月）午前

就労準備体験「精神保健福祉士の紹介」
精神保健福祉士のお仕事内容や、
どんな場所で働いているのかをご紹介します。
事前アンケートで集めた質問コーナーもあり、
精神保健福祉士について理解が深まったかと思えます。

◆2月20日（木）午後

社会資源の利用「B型作業所見学」
今回はくサンワーク田無>を見学しました。
利用者さんの作業の様子をみたり、説明を聴くことが
でき今後の活動場所として参考になりました。

◆2月29日（水）午後

就労準備体験「three good things & マリオパーティー開拓！」
昨日あった出来事を思いだして、3つの良かったことを書き出すワークと、
マリオパーティーのやったことがないミニゲームに挑戦しました。
新しいゲームのルールやコントローラーの操作を理解しながらプレイしていき、
楽しみながら頭を働かせることができました。

～ 3月の予定 ～

3月はお休みとなります。

「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

～ 2月の取り組み ～

◆15日(土) 回想法 バレンタインデー

はじめに70年代に流行ったチョコレートの宣伝ポスターを見てから思い出を語っていただきました。

- ・当時手編みのマフラーを送るのが流行っていた。
- ・小学生の時は女子同士で交換していた。
- ・大学のサークルで交流してチョコレート交換。
- ・母がハートチョコレートを家に置いてくれていた。
- ・小5の時に女子全員で西友に行って、クラス男子25人全員に配った。
- ・会社の上司に3倍返ししないとイケないからもうらうなと言われた。



微笑ましい思い出をたくさん聞くことが出来ました。

◆25日(火) ピンクレディーでダイエット

みんなでピンクレディーの振り付け指導動画を鑑賞してから「ペッパー警部」を踊りました。当時はビデオがない時代。実際の振り付けを左右逆に覚えていたり、細かい部分でマイクを指先で回していたりと全く気付かなかったことを知ることが出来て大変楽しかったです。実際の振り付けは難易度が高く、リベンジが決定しました。次回乞うご期待！！



～ 3月の予定 ～

13日(木) 道明寺(桜餅)をつくろう。

21日(金) DVD鑑賞「わが愛しのキャンディーズ」

25日(火) お花見(所沢航空記念公園)

*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 3月						薫風会山田病院
月(Mon)	火(Tue)	水(Wed)	木(Thu)	金(Fri)	土(Sat)	
31 ぬりえ教室 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 リラクスタイト② 「アロマスプレー作り」 麻雀・くつろぎ・ゲーム・創作 ナイトケア	※※※※※ 3月31日 の予定です！ ※※※※※	★デイケアラジオリ テーマ「色々あるよ！お薬のカタチ」 ゲスト：秋間薬局長 ★手芸の時間は、フェルト手芸やモールドール作りを行います。 ★今月はブラッシュアップデイケアがお休みになります。 ★全体プログラムでのお花見は、3月4月で検討中です。			1 ペン字 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 みんなの家 ナイトケア	
3 創作の時間 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 カラオケBOX 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 ヨガストレッチ ネイル教室☆ 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	5 園芸 デカフェ① 麻雀・くつろぎ・ゲーム・創作 デイケアラジオリ 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	7 e-エクササイズ 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	8 頭の体操 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 みんなの家 ナイトケア(話し合い)	
10 七宝 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 アートの時間 (春の共同作品) 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 ナイトケア	11 シノさん体操 デカフェ② 麻雀・くつろぎ・ゲーム・創作 コミュニケーション講座 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	12 手芸の時間 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 散歩 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	13 ペン字 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 ヨガストレッチ ワルツ① くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	14 編物 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	15 ぬりえ教室 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 みんなの家 ナイトケア	
17 頭の体操 デカフェ③ 麻雀・くつろぎ・ゲーム・創作 手芸の時間 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	18 書道 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 モルツク 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	19 スクラッチアート 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 リラクスタイト① 「アロマスプレー作り」 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 ナイトケア	20 	21 健康と生活 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 ゲートボール ワルツ② 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作	22 フラワーアレンジメント 園芸 麻雀・くつろぎ・ゲーム・創作 絵画 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	
24 七宝 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 散歩(お花見予定) 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	25 e-エクササイズ ワルツ③お花見 麻雀 読書の時間 デカフェ営業日 ワルツ③お花見 くつろぎ ゲーム・創作	26 園芸 麻雀 くつろぎ・ゲーム・創作 レザークラフト 麻雀 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	27 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	28 編物 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	29 ヨガストレッチ ゆあぼいす 麻雀・くつろぎ・ゲーム・創作 みんなの家 ナイトケア	

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

住所：西東京市南町3-4-10