



『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、地域で生活をおこな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、『POP』、『ワルツ』、『マーチ』といった目的別に合わせたコースもご用意しています。

## ～お知らせ～

7/30(火)は映画鑑賞会です！ディズニーでお馴染みの『アラジン』を観に行きます♪参加は事前申し込みのため、ご注意ください😊！

### カラオケ大会！

6/25(火)の午後、デイケアではカラオケ大会が行われました♪  
いつものカラオケプログラムとは一味違った、真剣でありつつ楽しいカラオケとなりました(^)♪  
去年とルールを変更して、1人3曲を歌い、合計点を順位つけしました。  
結果発表は7/8(月)の話し合いに行いますので、みなさまお楽しみにしてください(^)/



### 梅雨明けまであと少し🐸

梅雨も終盤に差し掛かってきました！  
暑くてジメジメ>< 体調を崩しやすい時期ですので、気を付けて過ごしましょう。

今年の梅雨明け予想は、7月10日～24日頃だそうです！  
梅雨が明けたら夏がやってきます☀ 待ち遠しいですね ^ ^



# 「POP」活動報告

POPプログラムは再発しない為のリハビリテーションプログラムです。  
急性期症状が治まった後、症状コントロールや再発予防方法を身につけます。  
病気や薬について知りたい・生活ペースを取り戻したい等病気に視点をおいたプログラムです。  
【POP】(ポップ)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！

7月のPOPプログラム新規登録者 0名

はじめてまして♪

修了者 0名

おめでとう♪

## 絵画

外に出てリラックスした気持ちで久しぶりに絵を描いた。少し集中出来て達成感を少し感じる事が出来た。Sさん

## ジグソーパズル

とても楽しいです。みつかるとアーあったなんて声をあげてとてもみんなが嬉しい気持ちになります。 Sさん



## 心理教育 ~IMR~

「精神疾患と症状について」  
幻覚が見えたり聞いたりしてしまうことがあっても、私の仲の個性として考えてくださいと言っていただけなのがとても



## 心理教育~IMR~

「問題や症状への対処」  
今まで症状が出てからの対処で後手に回り症状に振り回されていましたが事前に対処する事で少しでも症状に対応する術を知ることが出来た。Sさん



# 「ワルツ」活動報告

シニアデイケア「ワルツ」は、60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、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。

## 調理プログラム

6月の調理では、豚肉とナスの味噌炒め、いんげんのゴマ味噌和え、キャベツと油揚げの味噌汁、さくらんぼといった献立でした。参加されたメンバーからは、「味噌づくしだったけど、良かった！美味しかった！」「お味噌汁が美味しくておかわりした」「さくらんぼが美味しかった♡」など、様々な感想がありました！ナスは野菜作りで収穫した物も使いました◎♪



## 野菜づくり

メンバーさんが一生懸命水をあげたり、雑草を抜いたりしてくださるおかげで、ミニトマトやナス、キャベツなどが立派に育ち、収穫することができました！🍅🍆  
ナスやトマトは調理で使ったり、キャベツは塩昆布でもんで美味しくいただきました♪  
どれも売っている物よりも新鮮で、美味しく感じました(^ω^)!!



# 「マーチ」活動報告

マーチプログラムは、働くために必要な知識をそろえたり、自身を知る事で就労のために態勢を整えることを目的とした就労準備プログラムです。「働く」って一体どのようなもので、その為に自分自身に何が必要でしょうか。仲間の意見を参考にしながら、個々の目標に向かって取り組みをしています♪



## 参加者募集中

3ヶ月で『私』を知る、『働く』を知る、『仕事』を知るの3つの目的別カテゴリーに分けてプログラムを実施しています

### 『私』を知る

自分自身で自分の病気・障害を把握し、そのコントロールが出来るようになることを目的とします。

「日常生活管理プラン」  
「注意サイン」  
「クライシスプラン」  
etc

### 『働く』を知る

実際の職場で必要となる社会生活能力・対人技能の取得や地域のサービスや制度を学ぶことを目的とします。

「就労SST」  
「自己PR」  
「社会資源について」  
etc

### 『仕事』を知る

実際の就労訓練の現場を見学し、就労訓練や仕事のイメージを深めることを目的とします。

「作業所見学」  
「ハローワーク見学」  
etc

## マーチ・POP・ワルツプログラム R元年 7月

薫風会 山田病院 デイケア室

月(Mon) マーチ	火(Tue) POP	水(Wed) ワルツ	木(Thu) マーチ	金(Fri) ワルツ	土(Sat) POP
1 オリエンテーション WRAP 日常生活管理プラン	2 ストレッチ 3.ストレス脆弱性モデル	3 ワルツミーティング デイケア通信配布	4 WRAP 引き金 一週間のスケジュールを作る	5 レクの時間 野菜作り	6 4.社会の中で支え、サポート作り① イラスト
8 自己PR キレイキレイ・誕生会	9 ジグソーパズル 4.社会の中で支え、サポート作り②	10 回想法 おやつ作り	11 パソコン講座 WRAP 注意サイン	12 ストレッチ ワルツ工房	13 1-4「リカバリーについて」 頭の体操
15 海の日	16 レシピ作成 5.服薬をうまくする①	17 映画鑑賞	18 WRAP 調子が悪くなっているときには アサーション	19 調理 片付け・感想	20 5.服薬をうまくする② 調理
22 社会資源 トライアル雇用とジョブコーチ WRAP クライシスプラン	23 通信作成 6.再発防止計画を立てる①	24 頭の体操 喫茶外出	25 時事ネタをまとめて発表する 問題解決技法	26 回想法 軽スポーツ	27 1-6「リカバリーについて」 ジグソーパズル
29 働くって？ (職業興味検査) 振り返り	30 体力測定 7.ストレスに対処する	31 うたの時間 健康チェック			