

2020年2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～

まだまだ、寒い日が続いていますので、みなさん気をつけてお過ごし下さい。寒暖の差もあるので、服装で調節しましょう👕👖

2月20日（木）には慈雲堂病院交流会があります。年に1度の交流会なので、みなさん楽しみましょう（^^）



1月8日（水）



今年最初のデイケアで、田無神社へ初詣に行きました。直前まで雨が降っていましたが、田無神社へ向かう時にはお天気も晴れ晴れとしており、気持ちの良い初詣になりました🎆🎆

みなさんが今年も健康で、デイケアにお越しくくださいますようお願いさせていただきました(*'ω')



「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の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！

1のPOPプログラム新規登録者 2名

はじめまして♪

修了者 0名

おめでとう♪

心理教育～IMR～

リカバリーに参加して、早起きすることの目標を立てているが、だんだん起きれるようになってきた。何回か繰り返し講義を受けるうちに、理解が深まってきたと思う。

S.Wさん



ストレッチ

アロマをたきながらストレッチを行い、心も体もリラックスになりました。体も少しやわらかくなった気がします。

K.Mさん



心理教育～IMR～

「社会の中で、支え・サポート作り」
人との会話の際に気づけることが参考になった。また、人との出会いの場も様々な場所があることがわかって良かった。

K.Gさん

初もうで

1月4日土曜日の午後のプログラムがジグソーパズルから初もうでに変わりましたが、あまりの人の多さに驚きました。楽しかったです。

J.O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。

書初め



みなさん、あけましておめでとうございます🎉
本年も宜しくお願い申し上げます！

2020年最初の創作活動として、1月10日(金)に書初めをしました！
みなさん集中した様子で好きな言葉や、今年の抱負などを書かれていました◎



調理



1月24日(金)に、毎月恒例となっている調理を行いました♪
献立は、ビーフシチューにロールパン、サラダ、みかんでした🍴
今回は奮発してビーフを500グラムも入れました(^ω^)
サラダもコーンにツナ、オニオンスライス、ミニトマト、サニーレタス、
細切りの人参を入れボリューム満点でした♡



「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♪



生活とお金～お金について考える～



就労し、収入源が現在と変わると金銭管理の方法も変わります。金銭的に余裕が出てくる可能性も考えられますが、現在の収入(仕送り、扶助金等)が減少、または無くなるということは今と違ったやりくりが必要となります。

このプログラムでは、①現在のお金の使い道を振り返る②家計簿を作り、自分のやりくりの特徴を知る③みんなの工夫点を知ることによって無駄遣いせず、賢くお金を使うを目的に行います♪



マーチ・POP・ワルツプログラム R2年 2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 6.再発防止計画をたてる① カラオケ
3 オリエンテーション WRAP 日常生活管理プラン	4 レシピ作成 6.再発防止計画をたてる②	5 ワルツミーティング デイケア通信配布	6 睡眠とリラックス 生活とお金	7 ストレッチ ワルツお休み	8 1-6「リカバリーについて」 体力測定
10 WRAP 引き金 WRAP 注意サイン	11 POPお休み POPお休み	12 映画鑑賞	13 働くってどう いうこと? 社会資源 (障害者雇用・ 一般雇用)	14 調理 片付け・感想	15 7.ストレスに 対処する ジグソーパズル
17 WRAP 調子が悪くなったときに WRAP クライシスプラン	18 通信作成 8.問題と症状 への対処①	19 頭の体操 軽スポーツ	20 時事ネタを発表 する 自分が考える自分・ 他者から見られる自分	21 回想法 ワルツ工房	22 8.問題と症状 への対処② 調理
24 振替休日	25 散歩 9.福祉・保健・医 療サービスを上手 く利用する①	26 レクの時間 喫茶外出	27 パソコン講座 振り返り	28 健康チェック 散歩	29 9.福祉・保健・医 療サービスを上手 く利用する② ハンドメイド