



『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～

夏があっという間に過ぎていき、もう秋の気配がしますね。  
2020年も残り4ヵ月になりました。残り4ヵ月、元気に笑顔で毎日を  
過ごしていきたいと思っています♪

デイケアでは、コロナウイルス影響により  
引き続き事前申し込み制になっています。  
デイケアへ参加する方は事前申込表に自分が参加する予定の日に  
自分の名前を記載してください。  
申込した日に来れなくなった場合はキャンセルの連絡を入れてください。  
わかり次第早めに連絡をお願いします。

プログラムも出来る範囲で実施しています。  
外出などのプログラムは制限していますが、  
デイケア内で実施できるプログラムは出来る範囲で行っています。



# 「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向けたプログラムです。  
【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！

8月の新規登録者 0名

ようこそ!

修了者 1名

おめでとう♪

## POPに参加してみませんか？

新型コロナの影響でPOP参加中の方は減っていますが、ごく少数人数であることを逆手にとり、普段より個別性の高い形式での講義や活動・相談を取り入れています。

新規登録は随時受け付けておりますので、お気軽にご相談ください！

【開催日】 毎週火・土曜日

【内容】

病気の理解・対処についての勉強会・意見交換、手工芸、調理、体操など様々。

体力や集中力の維持・向上や、気分転換、趣味や楽しみになる活動探しなどを目的に、POPグループ参加者の希望も取り入れて内容を決めています。



# 「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。

## ワルツミーティング

ワルツプログラムは先月から引き続き、3密を避けるために人数を制限して実施しています。換気も必要なため、パーティションは全て閉めずドアも開けてプログラムを実施しています。



今月の内容としては  
5日7日の回想法は「」  
12日・14日の塗り絵は「夏」に因んだ絵。  
19日・21日のストレッチは「筋トレ」「棒体操」「体操」  
26日28日の映画は「男たちの大和/YAMATO」

来月のプログラムは  
2日・4日「頭の体操」  
9日・11日「塗り絵」  
16日・19日「ストレッチ」  
23日・25日「ワルツ工房」  
30日「回想法」



参加予定用紙は随時ホワイトボードに貼りますのでご確認ください。よろしくお願いします☺



観たい映画もありましたら、スタッフまでお願いします！



# 「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♪

## ストレングスアセスメント

ストレングスとは「強さ・力」の意味です。

自分の短所に気付くことが多く、長所の気づく人が少ないと思います。

ストレングスアセスメントは短所や弱点を発想の転換や柔軟な発想をすることで、長所や強みに変わります。

問題点や課題点に着目するのではなく、自分のいいところを引きのばすことによって、就労の場や職場に活かすことができるようになります。

ストレングスに見合った職場探しをすることも有力です。

## 自己PR

自己PRとは、自分を知ってもらうためのツールであり、就職面接で求められるものです。自分の長所は何なのか、どのようにPRしていくのかということ、自分の体験談を深めていく中で、考えていきます。つまり、自己PRは「自分を理解してもらい、信頼してもらい、最終的にファンになってもらう活動」となります。資料を使って自分オリジナルの自己PRを作成しましょう♪



## マーチ・POP・ワルツプログラム R2年 9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
31 振り返り 大人のぬり絵	1 ぬりえ・絵画 勉強会・心理教育	2 頭の体操 頭の体操	3 オリエンテーション パソコン講座	4 頭の体操 頭の体操	5 勉強会・心理教育 体力測定
7 作業体験 働くって？(性格検査)	8 全体プログラムアートの時間に参加 全体プログラム自分を知ろうに参加	9 塗り絵 塗り絵	10 時事ネタをまとめて発表する パソコン講座	11 塗り絵 塗り絵	12 勉強会・心理教育 ストレッチ
14 社会資源(就労系サービスを知ろう①) 社会資源(就労系サービスを知ろう②)	15 全体プログラム書道に参加 勉強会・心理教育	16 ストレッチ ストレッチ	17 作業体験 自己PR	18 ストレッチ ストレッチ	19 勉強会・心理教育 通信作成
21 敬老の日	22 秋分の日	23 ワルツ工房 ワルツ工房	24 働くって？(職業興味検査) パソコン講座	25 ワルツ工房 ワルツ工房	26 勉強会・心理教育 全体プログラム絵画に参加
28 ストレングスアセスメント 振り返り	29 DVD DVD	30 回想法 回想法	1	2	3