

『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。

## 新年のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。

年末年始、皆さまはどのように過ごされましたか？

昨年は新型コロナウイルスが広がり始め、非常事態宣言もありました。その後、第二波、第三波とやってきて、気が抜けない毎日であったと思います。

今年は期待のワクチン接種も始まります。私たち、一人ひとりができる予防策を行い、毎日の健康管理に取り組んでいきましょう。デイケアでは感染予防対策として、常時換気、検温、アルコール消毒、マスクの徹底など行ってまいりましたが、さらに予防強化のためテーブル上にアクリルボードを設置いたしました。皆さまがより安全に参加いただけるよう今年も努力してまいります。

よい一年になりますようデイケア職員一同願っております。  
本年もどうぞよろしく願いいたします。

※新型コロナウイルス感染防止のため、一部のプログラムは行っていませんが、感染予防の対策を行いつつ、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。（外部講師の先生のプログラムも引き続き中止になっています）





プログラム紹介

## 「アート」の時間



アートの時間では、その回ごとに違った創作・ハンドメイドを楽しめます。ちょっと不器用でも、それはそれで味がでる。作るだけでなく、十人十色の作品を並べて見られるのは、デイケアならではの楽しみでもあります。

写真は2021年1月デイケア開所初日のアートの時間につくった「うしの張り子」です。メンバーさん3名の作品を、ご本人様の許可を得て撮影しました。それぞれ違った味がありますね (^ ^ \*

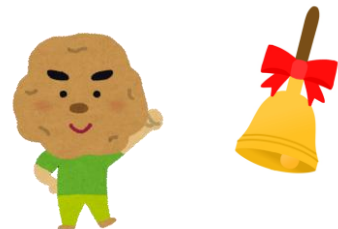


## POPに参加してみませんか？！

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置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)

POPは数人のグループで以下のような活動しています！

開催日：火曜日・土曜日  
開催時間：AM10時～11時半・PM1時～2時半



\*病気への理解・対処についてのお勉強、意見交換  
～病気について学び対処法を身につけること、集中力の維持・向上を目的としています～

\*手工芸・調理・体力測定・ストレッチなど様々なレク  
～新しい趣味の発見・楽しさを増やす活動を見つけ、気分転換の時間をつくりましょう！～



みなさまのご参加をお待ちしております！



# 「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。

## ぬり絵

12月11日(金)には「冬のぬり絵」を開催しました。  
みなさん集中されていました◎  
鮮やかな羽子板が並びました♪



## ストレッチ

12月16日(水)と18日(金)は  
ストレッチの時間でした。  
ごぼう先生の椅子体操！  
楽しく体を動かしました！



## 映画鑑賞

12/25(金)の映画鑑賞では  
『素晴らしきかな、人生』を上映しました。  
時期にあわせてクリスマスシーズンの  
映画でしたね🎬



# 『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♪

## 『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 R3年 1月

薫風会 山田病院 デイケア室

月曜 マーチ	火曜 POP	水曜 ワルツ	木曜 マーチ	金曜 ワルツ	土曜 POP
デイケアは、年末年始は12月30日～1月3日はお休みです。 新年は1月4日から開所いたします。					
4	5	6	7	8	9
オリエンテーション	午前：アクティビティ／午後：勉強会。 内容詳細についてはお問い合わせください。	回想法	WRAP 日常生活管理プラン	回想法	午前：勉強会／午後：アクティビティ。 内容詳細についてはお問い合わせください。
個別トーク		回想法	キレイキレイ 話し合い	回想法	
11	12	13	14	15	16
成人の日		ぬり絵	お休み	ぬり絵	
		ぬり絵	働かって (働かってどういうこと?)	ぬり絵	
18	19	20	21	22	23
お休み		ストレッチ	睡眠とリラックス	ストレッチ	
お休み		ストレッチ	WRAP 引き金	ストレッチ	
25	26	27	28	29	30
WRAP 注意サイン		映画鑑賞	WRAP 調子が悪くなっている時には	映画鑑賞	
生活とお金			振り返り		