

2021年9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、『POP』『ワルツ』『マーチ』といった目的別のコースもご用意しています。

皆さまいかがお過ごしでしょうか。猛暑が続いた8月は終わり、9月になりました。9月は「敬老の日」「十五夜」があります。そして、徐々に夏から秋に移り変わる時期。秋と言えば「スポーツの秋」「芸術の秋」「食欲の秋」「読書の秋」「ファッションの秋」など「〇〇の秋」がいろいろありますね。皆さんは何を思い浮かべますか。何をしてみたいですか。緊急事態宣言で不要不急の外出自粛要請が続いていますので感染予防に意識しつつ、いろいろな秋を楽しみたいものです。

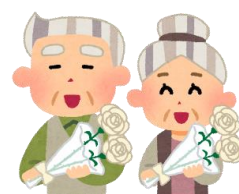
※外部講師のプログラムは引き続き中止になっています。



お月見



いつも  
ありがとう





## POP（再発予防プログラム）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)

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 …お帰りはPM3時の全体帰りの会后となります。

＊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着けること、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！

～

※感染対策のため縮小して開催しています。

開催日時についてはお問合せください。

参加者  
募集中



# 「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。

## 回想法

8月18日(水)、20日(金)は「回想法」を開催しました。

★『懐かしの玉手箱』★  
懐かしい昔の生活の映像を観て、楽しくお話しました。

今回観たのは  
「蚊帳」「お盆」「盆踊り」

「蚊帳は素早く入らないと虫も  
入ってきちゃうからね～」  
「お盆は親戚みんな集まった  
ね」

「屋台で今一番やりたいのは  
金魚すくい！」



## ぬり絵

8月6日(水)は  
「季節のぬり絵」を開催しまし  
た。  
ミニひまわりを鮮やかに☆



## ストレッチ

8月18日(金)と20日(金)は  
ストレッチの時間でした。

今月は『リズム体操』を行いました！  
音楽のリズムに合わせて  
イキイキと身体を動かしました♪



## 映画鑑賞

8月25日(水)・27日(金)の映画鑑賞は  
『男はつらいよ』を上映しました。  
ワルツメンバーからのリクエスト！





# 「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 R3年 9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 |
|--------|----------------------|--------------|--------|--------------|--------|
|        |                      | 1<br>ワルツお休み  | 2      | 3<br>ぬり絵     | 4      |
|        |                      | ぬり絵          |        | ワルツお休み       |        |
| 6      | 7                    | 8<br>ワルツお休み  | 9      | 10<br>ストレッチ  | 11     |
|        |                      | ストレッチ        |        | ストレッチ        |        |
| 13     | 14                   | 15<br>ワルツお休み | 16     | 17<br>ワルツお休み | 18     |
|        | 相談・体験会<br>(午後)       | 回想法          |        | 回想法          |        |
| 20     | 21<br>相談・体験会<br>(午前) | 22<br>映画鑑賞   | 23     | 24<br>映画鑑賞   | 25     |
|        |                      |              |        |              |        |
| 27     | 28<br>相談・体験会<br>(午前) | 29<br>ぬり絵    | 30     |              |        |
|        |                      | ワルツお休み       |        |              |        |

内容詳細についてはお問い合わせください。

内容詳細についてはお問い合わせください。

土曜の開催はありません。