

2022年 11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。

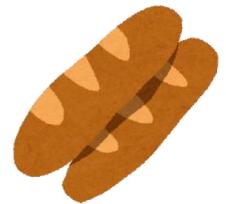
日中の活動の場所として過ごす他に、『POP』『ワルツ』『マーチ』といった目的別のコースもご用意しています。

日中と朝夕の気温差が大きくなってきましたが、皆さまいかがお過ごしですか。7日には立冬があり、冬が近づいていますね。ニュースによると、この冬にはコロナとインフルエンザの同時流行があるかもしれないとのこと。寒暖差で体調をくずさないようにしつつ、感染症にも気を付けていきましょう。

今月からは毎年恒例のゲーム大会（オセロ・将棋・花札）が始まります。ゲームを通して利用者さんとの交流を広げてみませんか。



1日 キティちゃん誕生日



28日 いいフランスパンの日



3日 文化の日



26日 いい風呂の日



7日 立冬



23日 勤労感謝の日



## 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・楽しみ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。





# 「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♪

## 自己PR

今回は、就労準備プログラムで行っている『自己PR』について紹介させていただきます。

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 R4年 11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	2	3	4	5
		ぬりえ	文化の日		土曜の開催はありません。
7	8	9	10	11	
14	15	16	17	18	
				ストレッチ	
21	22	23	24	25	
		勤労感謝の日		映画鑑賞	26
28	29	30			
		回想法			