



# 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(再発予防)』『ワルツ(シニア向け)』『マーチ(就労準備)』などの目的別コースもご用意しています。

ものすごく暑い日が続いていますが皆さまいかがお過ごしでしょうか。7月の東京都心は8日連続の「猛暑日(最高気温35℃以上)」で、猛暑日は計13日と過去最多になりました。「10年に1度の暑さ」「災害級の暑さ」などの言葉も聞くようになりましたね。デイケアでは熱中症予防としてプログラム前・午前・午後・夕方に飲み物提供をしているほか、首を冷やすネックリングの使用、暑さを乗り切るための講座(健康と生活)など行っています。暦では立秋、処暑と秋へとすすんでいきますが、「睡眠・栄養・運動」を意識してまだまだ続く暑さを乗り切りましょう♪😊



6日 広島平和記念日  
9日 ながさき平和の日



31日 野菜の日



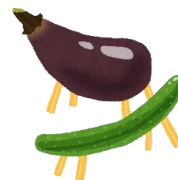
8日 立秋



23日 処暑



11日 山の日



13-16日 お盆



## 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の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など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)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！

現在、参加者を募集しています。開催日時はデイケアまでお問い合わせ下さい。

\*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。

### 【心理教育の内容のご紹介】

- ・回復について
- ・精神疾患と症状について
- ・社会の中での支え、サポート作り
- ・服薬について
- ・再発防止計画
- ・福祉、保健、医療サービスの利用について  
など

\*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！



# 「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



久しぶりに『季節のぬり絵』を開催☆  
金魚に青紅葉と涼し気な作品が並びました♪

## ストレッチ



今月のストレッチは  
『リラクゼーションストレッチ』  
を行いました♪

職員の動きに合わせて、  
ゆっくり、じわっと優しくストレッチ🌸



「癒されますね」  
「眠たくなっちゃった 笑」  
など、皆さんゆっくりと  
身体を整えられたようです！

# 就労準備プログラム「マーチ」

## 参加者募集中

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♪

現在、参加者を募集しています。開催日時はデイケアまでお問合せください。

『私』を知る、『働く』を知る、『仕事』を知るの3つの目的別カテゴリーに分けてプログラムを実施しています

### 『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 2023年 8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	
内容詳細についてはお問い合わせください。	1	2	3	4 ストレッチ	5	
	7	8	9 ぬり絵	10	11 山の日	
	14	15	16	17	18	
	21	22	23	24	25 映画	
	28	29	30	31	映画	
						土曜の開催はありません。

