

2024年5月号



デイケア通信



(特定)医療法人社団

薰風会山田病院

『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)』などの目的別プログラムもご用意しています。

ゴールデンウイークはいかがお過ごしましたか。デイケアでは春からの新しいプログラムとして「ブラッシュアップデイケア」が始まりました。このプログラムはデイケアにも慣れてきたけれど『就労について検討したい』『そろそろ何かを始めていきたい』『この先何をしてよいかよく分からぬ』という思いのある方を対象としたプログラムです。興味のある方はスタッフまでお声かけ下さい。

さて、デイケアの畑の様子ですが、4月に入り毎年豊作で利用者の皆さんが楽しみにしているエダマメの種を蒔きました。4日後には写真のように立派な芽がでました。日々の水まきや畠の手入れなど手間はかかりますが、収穫を楽しみにしながら行っています。✿



エダマメの芽

ブラッシュアップ デイケア



～5月の記念日～



3日
憲法記念日



5日
子供の日



12日
母の日



15日
沖縄本土復
帰記念日



27日
百人一首の日



31日
世界禁煙

ブラッシュアップディケア

ディケアにも慣れてきたけれど『就労について検討したい』『そろそろ何かを始めていきたい』『この先何をしてよいかよく分からない』という思いのある方を対象としたプログラムです。

**エクササイズ**

4/16(火) 午前

『新しいなにかを始めて
<続ける>気持ちつくり』

やる気に関わる「淡蒼球」という脳の部位を活性化させる『4つのスイッチ』について学び、何かを<続けるコツ>についてみんなでエクササイズしてみまし

社会資源の利用

4/23(火) 午後

『見学＆カフェ』

西東京市障害者総合支援センター「フレンドリー」内のカフェ「もぐもぐの森」を見学しました。
障害者就労支援センター『一歩』さんから就労について説明して頂きました！

就労準備体験

4/30(火) 午前

『講義＆ワーク』

『どんな働き方・仕事の仕方を選びますか？』をテーマに、講義とワークを行いました。
自分にあった働き方・仕事の仕方を考え、今後どのように続けていくのかに

★4月は7名の方の登録がありました★

☆5月の参加登録者も募集中です☆



就労準備プログラム「マーチ」

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、『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

*開催日時はディケアまでお問合せください。

「ワルツ」活動報告

「ワルツ」は、50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、座談・体力づくり・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。

対象年齢が「50歳以上」になりました

振り返りと今後の予定

～ 4月の取り組み ～

◆5日(金) 回想法

昭和や平成の「思い出の歌」をテーマに皆さんそれぞれのエピソードを語らい楽しい時間を過ごしました。



◆9日(火) ドラマ「寺内貫太郎」

昭和を代表するドラマ「寺内貫太郎」を楽しく鑑賞しました。



◆19日(金) 散歩「JA田無」

JA田無まで散歩にいい汗をかきました！



◆23日(火) アニメ「魔法使いサリー」

1966年から68年に放送されたアニメ。
懐かしさを感じながら皆さんで楽しみました。



～ 5月の予定 ～

7日(火) 映画・ドラマ鑑賞

21日(火) 回想法

17日(金) ピザづくり

31日(金) ボードゲーム

*都合により予定が変更になる場合があります。



ポップ(再発予防プログラム)に参加してみませんか

ポップは再発しない為のリハビリテーションプログラムです。プログラム参加を通して、主に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ていきます。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、ためになるプログラムが用意されています。

ポップ【POP】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！

【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

*開催日時はデイケアまでお問合せください。

デイケア・ナイトケアプログラム R6年 5月

薰風会山田病院

月(Mon)	火(Tue)	水(Wed)	木(Thu)	金(Fri)	土(Sat)
☆薬局長Q&A☆ …秋間薬局長が皆さんの薬の疑問に答えてくれます😊	1 e-エクササイズ くつろぎ ゲーム・創作 園芸 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	2 フラワー・アレンジメント くつろぎ ゲーム・創作 レク体操 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	3 魔法記念の日 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	4 みどりの日 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	
6 振替休日	7 書道 くつろぎ ゲーム・創作 頭の体操 【ワルツ】 くつろぎ ゲーム・創作	8 読書の時間 くつろぎ ゲーム・創作 話し合い キレイキレイ ナイトケア	9 フラワー・アレンジメント くつろぎ ゲーム・創作 ヨガ・ストレッチ くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	10 編み物 園芸 くつろぎ、ゲーム・創作 ゲートボール くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	11 ペン字 くつろぎ ゲーム・創作 みんなの家 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア(話し合い)
13 七宝 くつろぎ ゲーム・創作 体育館プログラム くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	14 コミュニケーション講座 ゲーム プラッシュアップ① カラオケBOX くつろぎ ゲーム・創作	15 DVD鑑賞 くつろぎ ゲーム・創作 DVD鑑賞 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	16 ぬり絵教室 くつろぎ ゲーム・創作 散歩 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	17 ☆薬局長Q&A☆ くつろぎ ゲーム・創作 ゲートボール 【ワルツ】 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	18 園芸 くつろぎ ゲーム・創作 絵画 ナイトケア
20 頭の体操 くつろぎ ゲーム・創作 体育館プログラム くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	21 書道 プラッシュアップ② くつろぎ、ゲーム・創作 レザークラフト 【ワルツ】 くつろぎ ゲーム・創作	22 ヨガ・ストレッチ くつろぎ ゲーム・創作 ★ディ・トーク★ くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	23 ペン字 くつろぎ ゲーム・創作 創作の時間 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	24 編み物 園芸 くつろぎ、ゲーム・創作 ゲートボール くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	25 ぬり絵教室 くつろぎ ゲーム・創作 みんなの家 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア
27 七宝 くつろぎ ゲーム・創作 体育館プログラム くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	28 ペン字 プラッシュアップ③ くつろぎ、ゲーム・創作 e-エクササイズ くつろぎ ゲーム・創作	29 DVD鑑賞 くつろぎ ゲーム・創作 DVD鑑賞 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	30 読書の時間 くつろぎ ゲーム・創作 健康と生活 くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	31 園芸 【ワルツ】 くつろぎ、ゲーム・創作 ゲートボール くつろぎ ゲーム・創作 ナイトケア	

お問合せは 薫風会山田病院 デイケア室 ☎042-461-0005 (代表) ホームページはこちら→

住所：西東京市南町3-4-10

