

2025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『ブラッシュアップデイケア（一歩を踏み出す）』『ワルツ（シニア向け）』『ゆあぽいす（対話型心理教育）』などの目的別プログラムもご用意しています。

4月、新年度として様々なところで新たな出発を迎えた方もいらっしゃったのではないでしょうか。今年は三寒四温を繰り返し、桜の花も例年より長く咲いていました。ご家族やご友人とお花見などしながら春の息吹を感じましたでしょうか。デイケアでも新たなプログラム、「人と上手に付き合うために」を大きなテーマとしてコミュニケーション講座（SST）が始まりました。参加される利用者の方が主役となり、日常の中で困っていることを共有し、よい解決策を参加者全員で話し合うことができました。普段の生活の中で、ちょっとした困りごとを話しに来てみませんか。

春先は気候も良くなり、気分も明るくなり活動的になります。

その反面疲れも出やすくなります。デイケア室では「リラックスタイム♪」「ヨガ体操」「ジェルネイル・ハンドマッサージ」、「カフェ風読書の時間」など、リラックスできるプログラムも沢山あります。

デイケアに参加してご自身の生活にホッとできる時間をプラスしてみませんか。



ジェルネイル

コミュニケーション講



収穫!! ほうれん草と



リラックスタイム♪



# 『ブラッシュアップディケア』

ブラッシュアップディケアは、ディケアに慣れてきて「そろそろ何か始めていきたい」「この先何をしていいかよくわからない」「就労について考えてみたい」という思いのある方を対象としたプログラムです。  
月ごとの登録制で、少人数でグループで実施しています。

## 振り返りと今後の予定

昨年3月より開始したブラッシュアップディケアは、おかげさまで開始から1年が経過しました。参加していただいた皆様ありがとうございました。  
3・4月は、一時お休みさせて頂き、5月より再開しています！



### ～ 5月の予定 ～

5月13日 シノさんダンスに参加しよう！

5月21日 まちライブラリーに行こう！R（リベンジ）

5月26日 内容未定



# 「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 ～

#### ◆4日（金） 東京都薬用植物園

春まったく中のとても良いお天気になりました。薬事資料館では大麻のレプリカが見れたり、ガラス棚には薬草がたくさん飾ってあり、棒寒天まで薬瓶ガラスに入って並んでいたのが意外でした。(増粘剤?)温室では力力才が木になっているところを見たり、昼食はあずま屋でおにぎり弁当をみんなで食べて、花や木々を眺めながらの食事は大変美味しかったです。園内は薬用植物だけではなく、枝垂れ桜やヒメスミしなども見頃で、最後は写真撮影で盛り上がりました。



#### ◆30日(水) 回想法 卒業式 桜 入学式

卒業式の思い出を歌からたずねると「巣立ちのうた」「贈る言葉」「卒業」「旅立ちの日に」などが出来ました。実際の思い出としては水疱瘡で入学式に出られなかった。先輩の第二ボタンをもらえなかった。不良が全盛だった。その話しからスカートの丈を先生が物差しで測っていたという思い出話しが楽しかったです。



### ～ 5月の予定 ～

9日(金) ロッテ浦和工場見学

14日(水) DVD 中森明菜

22日(木) 介護サービスってなーに?

\*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 R7年 5月							暮風会山田病院	☎:042-461-0005
月(Mon)	火(Tue)	水(Wed)	木(Thu)	金(Fri)	土(Sat)	日(Sun)		
★  のマークは、<健康と生活>で上映している 健康に関するDVDを流します。 ★5月からブラッシュアップデイケアが再開します ★体育館プログラムはバレー・ボーリング・ポッチャを行います。 見学参加もOKです♪	5  みどりの日	6  おどりの日	7 ペン字 園芸 e-エクササイズ 麻雀 ナイトケア	1 フラワーアレンジメント 麻雀 キレイキレイ 話し合い ナイトケア	2 手芸の時間 園芸 麻雀 ゲートボール 麻雀	3  奨法記念日		
12 七宝 ゆあぽいす 麻雀 体育館プログラム 麻雀 ナイトケア	13 シノさんダンス ブラッシュアップ① 麻雀 書道 デイカフェ② 麻雀	14 コミュニケーション講座 (SST) 麻雀 ナイトケア	15 ヨガストレッチ 麻雀 フラワーアレンジメント 麻雀 ナイトケア	16 カラオケBOX 麻雀 ゲートボール 麻雀	17 手芸の時間 麻雀 みんなの家 ナイトケア(話し合い)			
19 頭の体操 麻雀 体育館プログラム 麻雀 ナイトケア	20 シノさんダンス 麻雀 コミュニケーション講座 (SST) 麻雀	21 映画鑑賞 映画鑑賞 ナイトケア	22 e-エクササイズ デイカフェ③ 麻雀 ぬりえ教室 ワルツ 麻雀 ナイトケア	23 編み物 園芸 麻雀 ゲートボール 麻雀	24 コミュニケーション講座 (ゲーム) 麻雀 みんなの家 ナイトケア			
26 七宝 麻雀 散歩 ブラッシュアップ③ 麻雀 ナイトケア	27 書道 麻雀 リラックスタイム♪ 	28 レザークラフト 麻雀 読書の時間 デイカフェ営業日 ナイトケア	29 園芸 ゆあぽいす 麻雀 スクランチアート ネイル教室♡ 麻雀 ナイトケア	30 健康と生活 麻雀 ゲートボール 麻雀	31 ヨガストレッチ 絵画 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

