



デイケアコミュ

2020年12月号



今年も残すところあと1ヶ月！！

12月に入り何だか気忙しくなってきましたね。9月から発刊したデイケアコミュも4回目になり、知名度は少し上がったかな？と思っています。見てくださる方や楽しみにされている方が増え、デイケアに興味を持ったり、利用する方もうなぎのぼりに増えていけばいいな～と思っています。

活動報告

11月の「健康講座」が実施されました。
今回のテーマは精神科医の小林先生による、「気分障害について」でした。

疾病や治療について詳しく、かつわかりやすく教えて頂きました。実際の診察の場面でのお話や、「知っているようで知らなかった！」という内容も多く、メンバーさんからとても好評でした。質疑応答にもたくさんの質問が出て、全てに丁寧に答えて頂き、非常に勉強になる時間となりました！



今月のスタッフ紹介

デイケアには
こんなスタッフ
がいます！



職種： 精神保健福祉士
担当： 就活講座、卓球
好きな食べ物： もちもちしたもの、牛乳
趣味： 漫画を読む
特技： デスクの上がきれいと言われます
コメント： 興味のある方は主治医にご相談の上、ぜひ見学に来てください！

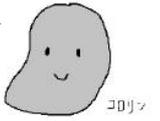
今月の一本

利用者さん
オススメの
映画です



タイトル：ターミナル(The Terminal)
監督：スティーブン・スピルバーグ
コメント：空港は様々な人々との出会いの場であり、別れの場でもある—そんな言葉がこれほど似合う作品はない。空港という巨大施設を舞台に社会の縮図を描いたこの作品は、狭いようで広く、広いようで狭い、この世界には本当に多種多様な人々がいる。そしてそれは一期一会だと感じさせてくれる。
紹介者：生活支援参加・20代男性

デイケアは毎日行かなくてはいけないの？



デイケアは、ご自身の体調や予定に合わせて利用することができます。見学や体験を経て本利用を開始されたら、参加の予約等は必要ありません。まだ体調が安定しない、すぐ疲れてしまうという方は週に数日から開始することもできますし、半日の利用も可能です。体調が回復してきたら、少しずつ利用する日数を増やしていく方が多いです。復職や就職を目指している方は体力向上や生活リズムの安定のため毎日通う場合もあります。

(詳細はデイケア室にお問い合わせください)

1週間のタイムチャート例

曜日	月		火		水		木		金	
コース	リワーク	生活支援	リワーク	生活支援	リワーク	生活支援	リワーク	生活支援	リワーク	生活支援
午前	近況報告	新聞講読	心理教育	S S T	新聞講読 読書会	創作活動	ヨガ教室		新聞講読	創作活動 C B T
午後	卓球		フリーゲーム 雑談力		PC教室		スモール プロジェクト	ピアサポート	C B T アサーション	就活講座

今月のピックアッププログラム

生活支援【就活講座】

今後就労を目指したい方に向けて、就職活動の基礎知識や就労後のコミュニケーションスキルを学ぶことを目的に行っています。ハローワークや就労支援機関の方に外部講師として来ていただき、話を聞くことで情報収集をしたり、メンバー同士で意見交換をしながら職場を想定したロールプレイをしたりします。今すぐに就職は考えていない方や、これまで就労経験がない方でも参加可能です。一人では不安な就職活動…就労のイメージ作りの場として、他のメンバーと関わりながら一歩を踏み出してみませんか？



～創作活動の作品集～

～謎解きゲーム実施しました～



お問合せは主治医、またはデイケア室（☎03-6912-2039）まで！