



デイケアコミュ



4月になりぽかぽか陽気が続き、景色にも花や木々の色がついてきて、待ちにまった春です！！新年度もスタートして、なにか新しい事にチャレンジしたくなる季節ですね。それならデイケア参加してみませんか？スタッフも気持ちを新たに皆様のご利用をお待ちしています。

活動報告



『春の音楽イベント』を実施しました！

前半はチーム対抗戦を行い、ウォーミングアップからすでに大盛り上がり！イントロクイズはみんなで頭を抱えながらも楽しみました。休憩時間は素敵なピアノの連弾を聴きながら、栄養課オリジナルスイーツを味わいました。すごく美味しかったです！後半は事前にアンケートで募った春の歌を、ピアノやクラリネットの生演奏と共にみんなで歌いました。たくさん笑って、たくさん歌って♪楽しい時間を過ごしました☆



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：臨床心理士

担当：PC教室、SST

趣味：柴犬の動画を観る

特技：ドラム♪

好きな食べ物：カレーライス

コメント：笑顔で過ごせるようサポートします！

今月の一冊

利用者さん
オススメの
一冊です！



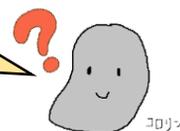
タイトル：GRIT

著者：アンジェラ・ダックワース

グリット(GRIT)とは「やり抜く力」または「粘る力」だと定義されている言葉のこと。困難に遭ってもくじけない闘志、気概や気骨などの意味を表す英語で、社会的に成功している方たちが共通して持つ心理特性とされています。「知能レベルとか才能ではなく、地道な粘り強い努力が大切」を科学的にとくもので、地道な努力を大切にしようと思える本です。

紹介者：リワーク参加、50代男性

人と接するのが苦手で、プログラムに入れるか不安です…。



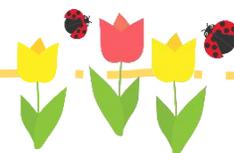
急に集団の場へ参加するのは緊張しますよね。デイケアは利用を開始する前に見学(1回)や体験利用(2回)が出来ますので、段々と場に慣れていけるよう、サポートしています。利用開始後でも不安な時、体調が悪い時等は見学や別室での自習に切り替えられます。ご自身のペースに合わせて参加できますので、ご安心ください。何か困ったことがあれば、いつでもスタッフにご相談ください。

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	リサーチ	心理教育	S S T	新聞講読 読書会	PC教室	ヨガ教室		新聞講読	創作活動 C B T
午後	卓球		リサーチ	ピアサポート	フリーゲーム 雑談力		ピアサポート	新聞講読	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

リワーク・生活支援共通『ピアサポート』



生活や対人場面で生じる困り事をテーマとして挙げ、メンバー同士で対処法やアイデアを出し合うプログラムです。「朝なかなか起きられない」「人に話しかけられない」など、メンバーさんが実際に困っている悩み事を挙げてもらい、問題を整理しながら、他のメンバーでアドバイスを出していきます。他の人の意見も聞けるため、凄く参考になると好評です！



～創作活動の作品集～



お問合せは主治医、またはデイケア室（☎03-6912-2039）まで！