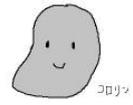


# デイケアコミュ



微妙な天気が多く、傘をどうするか迷いますね。うっとうしい毎日が続きますが、紫陽花が綺麗に咲いていたり、雨の晴れ間の日差しがいつもより気持ちよかったり・・・この時期ならではの楽しみを見つけて、憂うつな気分を吹き飛ばしませんか？不安定な気候が続きますが体調管理に気をつけながら梅雨を乗り切りましょう。

## 活動報告

『卓球プログラム』を紹介します！  
体操、1分間ラリー(練習)、シングル・ダブルスの試合を皆で楽しく行っています。未経験者の方でも大丈夫！参加者同士ルールや打ち方等を教え合いながら進めています。「まずは見学だけ…」というのもOK！お気軽にスタッフまでご相談ください。運動不足の解消やリフレッシュにもなるプログラムです。ご参加をお待ちしています☆



## 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：近況報告、ヨガ教室

趣味：将棋観戦

特技：卓球

好きな食べ物：ラーメン(しょうゆ派)

コメント：将棋が好きな方、ぜひお話し  
しましょう！



## 今月の一冊

利用者さん  
オススメの  
一冊です！



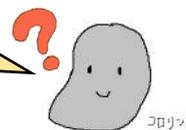
シャドーハウス

タイトル：シャドーハウス

作者：ソウマトウ

現在アニメ化もされている人気コミック。舞台は訪問者のない不思議な洋館「シャドーハウス」。すすで顔の見えない主「ケイト」とその顔役となる生き人形「エミリコ」。この2人が館に起こる問題を解決しながらシャドーハウスの謎に迫るゴシックホラーファンタジー。シャドーハウスとは？生き人形とは？なぜ顔がすすで見えないのか？一度読めばその独特な世界観にはまります！  
紹介者：リワーク参加、20代男性

## デイケアに通いながら就職活動をすることはできますか？



もちろんできます！就職する前のステップとして生活支援コースを利用される方も多くいらっしゃいます。デイケアに通いながら生活リズムを整え、プログラムを通してコミュニケーションの取り方やPCスキルを学ぶことが可能です。働くイメージが掴める[SST仕事編][就活講座]といったプログラムもおすすめです。個別担当のスタッフもサポートするので、一緒に次のステップへ進む準備をしてみませんか？（詳細はデイケア室へ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	リサーチ	心理教育	SST	新聞講読 読書会	PC教室	ヨガ教室		新聞講読	創作活動 CBT
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	CBT 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『創作活動』

[ペーパークラフト][ぬりえ][アイロンビーズ][スクラッチアート][折り紙]など様々な種類があります。作品創りをすることで集中力が培われ、手先を使う練習にもなります。自己表現の機会にもなり、プログラムに参加することで、「気持ちが落ち着いた」「スッキリした」などの感想もよく聞かれます。自分のペースで作業ができるので、ぜひお気軽にご参加ください。



～創作活動の作品集～



お問い合わせは主治医、またはデイケア室（☎03-6912-2039）まで！