



発行

ハートクリニック

デイケアセンター

Tel 0467-48-2702

デイケア通信編集部

ペットの写真
大募集
かわいい
ペットの写真や
デジタルデータ等
募集します

ハートクリニック デイケア通信

<5月号>

毎日ハマってます

毎日のようにビーズにはまっているMです。どれぐらいはまっているかというと去年の五月ぐらいから、デイケアではもちろん家に帰ってからもずっとビーズをやっております。ですからデイケアではちょっとでも時間があると、ついついビーズをやりはじめてしまいます。どんどんはまって、最近では携帯ストラップ作りにはまっています。

作っているときも楽しいのですが友人にプレゼントして喜ばれるとうれしくなります。今年の三月にデイケアメンバーのIさんが旦那さんの転勤のため引越すことになりました。お別れの最後の日に「以前いただいた携帯ストラップは本当に良い記念品となりました」と言って下さいました。私も喜んでもらえて嬉しくなりました。

一週間のうちで水曜日14:00からの創作活動と金曜日13:00からのアートの時間、日曜日10:00からの手工芸の時間を中心に皆でビーズの制作をやっています。新しく入ったメンバーさん達と、自己紹介をお互いにしたり、たわいもない話をしながら楽しく充実した時間を過ごしています。(M)

ビーズでハマってみませんか

「ビーズ部?..ふたたび...うふふ。」

デイケアの日常風景に欠かせないもの。それは、テグスを操り、ビーズアークセサリーを制作する女性メンバーの姿...

昨年の爆発的ブームを経て、冬の到来とともに、一時下火になったかに見えたビーズ部(?)の活動ですが、二千六年、年の始まりとともに再び、第二次ブームがやってきました!毎週水・金・日曜日の創作活動プログラム
の時間、比較的新しいメンバーを中心に、テーブルで頭を寄せ合い、ビ



[写真1] Mさんのかわいらしい作品



[写真2] スタッフKさんの力作です。

ーズアクセサリー作りに没頭する姿が多く見られるようになりました。そして今現在、プログラムに関わらず、デイケアのこここで、いつも誰かがテグスを操っています(ちょっと誇張...)。

かく言う私(スタッフK)は、昨年の夏あたりから、現在に至るまでビーズ冬の時代の間も、しつこく、ずっと作品作りを続けてきました。さすがに、一緒に活動するメンバーさんがいないときには一抹の寂しさを感じ、意欲が低下したものです。意欲が低下すると(そんな時は作らなければ良いのですが)次第に制作のスピードが落ち、また、作品への愛着度も低下。何となく惰性で作る、という感じでした。しかし、今年になって一緒に活動するメンバーさんが、じわじわ増えると「未経験のデザインのものを作ってみよう」という意欲も湧いて、次から次へとい

ろいろな作品作りに興じるようになり
ました。ちよっと手の込んだ作品にも
手を出しています。〔写真2〕

デイケアでビーズアクセサリー作り
を始めてから一年近く経ちますが、い
ろいろなメンバーさん達と一緒に活動
する中で強く感じているのは誰かと
一緒に作るのが楽しいということだ
す。もちろん、デイケアでビーズアク
セサリー作りを覚えて、自宅でもご自
分の趣味のようにされている方もいら
っしゃいます。それで、有効に時間を
使ったり、ストレス解消に役立ててい
る方もいらっしゃいます。しかし、そ
んな方も、必ずと言っていいほどデイ
ケアでは他の皆さんと作品作りをして
いることが多いのです。手順を教え合
ったり、デザインを紹介したり、でき
映えを褒め合ったり…そんな中から交
流が生まれて、気軽に会話を交わせる
間柄になったりしているように感じら
れます。

意外に手軽に始められて美しい
作品を作ることのできるビーズはコミ
ュニケーションの道具としても効果絶
大!!

というわけで、デイケアの中では既
に定着しつつあるビーズアクセサリー
作り。今後は外にも発信してみたいで
すね…この間、お花見をかねて出かけ
たフリーマーケットでも手作りアクセ
サリー、売ってましたし…(含み笑い)。

さよなら園芸部

デイケアでお馴染み園芸プログラム
で借りていた畑がついに期限切れ
になり、今年二月末で返却すること
になりました。

思えば、昨年のプログラム編成で木
曜日の午前中が園芸の時間になり、
畑で作物を作ることになりました。
しかし畑はデイケアから歩いて
片道二十五分の道のりで、畑に行
くことだけで散歩という十分なプ
ログラムになる距離です。で、なか
かメンバーさん達は「行く」とは言っ
てくれません。その上、一週間に一回
だけの畑です。それでいったい何
が作れるでしょうか？本当に「魔の木
曜日」です。

雨天なら中止ですが、去年の木曜日
はなぜか雨は降りません。降ってい
ても朝十時には止みます。

畑に行くのが大好きなKさんに
促され、その他一〜二名(最大四名)
で木曜日ごとに畑通いです。

昨年の夏は猛暑でしたが、水分を持
って帽子をかぶりひたすら通いました。
以前に植えてあった茄子や枝豆がかる
うじて収穫できましたが、なかなか大
変です。

一番元気な作物は、自然に生えた赤
シソでした。



今は思い出の“畑”となってしまいました…。

「梅干しを漬けるのも無理だし…そう
だシソジュースを作ろう」

と持ち帰ったシソをFさんが丁寧に洗
ってジュースを作りました。夏バテの
体にはとっても美味しかったのでした。
このときばかりは、畑に行くのを嫌が
る皆さんも「美味しい!」と行って飲
んでくれました(ちよっと複雑)。

八月には、楽しみにしていたトウモ
ロコシが全部、何者(猿?)かに食べ
られてしまい、芯だけが散らかってい
ました。シヨックです。



美味しかったバジルとジャガイモの“花”

秋になり畑へ行くのは少し楽に
なりましたが、作物は何もありません。
しかし草だけはどんどん生えます。草
むしりをしてマルチ(〇さんに教えて
もらった雑草駆除方法。黒いビニール
を張る)をしたりと地味な作業を続け
ました。そしてジャガイモとタマネギ
を植え、なんとか十二月と一月に収穫
できました。

今いざ畑が無くなるとなると、
とても寂しい感じですが。季節を感じな
がら歩いた道のり…地鎮祭をやっ

た空き地には立派な建物が建ち、時の流れを感じました。

今年三月二日の園芸の時間には返却した畑の行方を見るためにまた畑へ。いつになく人が多く、新しく当選した方ようです。がんばって下さい。今後もデイケア畑跡地を見に行きませんか？（スタツフK）

最後のイベント お花見会

去る三月三十日の木曜日は、園芸部のお花見に七人ほどで藤沢の新林公園に行きました。

畑の無くなった今となってはお花見ぐらいしか園芸部のイベントがありません。

朝十時に誘い合わせたら畑に行くよりも多く集まりました。Aさんも誘いましたが診察で行けないとのこと残念がっていました。

コンビニでささやかながらいつもより贅沢なお弁当とおやつや飲み物を買って遠足気分です。

そして大船駅からモノレールで出発しました。窓から眺めてみても、もう大分桜が満開なのが分かりました。これは大分期待できそうです。

江ノ島より手前の片瀬駅で下車して片瀬北公園を目指したのですが地図が不明確なせいでどんどん高級住宅地に入って行きます。

途中から、思い出のデートで来たことのあるTさんの道案内で無事、新林公園に着きました。

桜はほぼ満開で、これから見ごろという感じです。気の早いお母さま方が可愛いお子さんをつれて、早くも場所取りをしてワイワイ騒いでいました。こうなったら場所取りも競争です。広い公園はアスレチック場になっていて子供達はそので楽しく遊んでいました。ちょうど奥隅の桜の下が空いていたのでシートを広げて少し早いお昼にしました。

この日は、風が少し冷たかったです。天気は上々でした。お花見日和で



満開の桜がきれいです。



子供たちはアスレチックで遊びます。

す。皆で桜をバックにスタツフKさんのデジカメで写真を撮りました。

実は、私Fもデジカメを持って行ったのですが、一枚も（本当に一枚も）撮らずバッテリー切れとなってしまいました。（ごめんさい）何を隠そうバッテリーがどれぐらい持つのか試していたのです。（言い訳）

楽しいお花見もそろそろお開きにして帰ることになりました。Tさんの話で藤沢が近いことが分かり駅から電車で帰ることにしました。

公園から駅に向かう途中にまたまた桜並木があつてそこも満開の見ごろで桜三昧の日でした。

午後には雨の心配もありましたが降ることなく、皆無事帰路につきちよつと寒かったけど十分満足の行くお花見となりました。（F）

デイケアメンバー・ スタツフに突撃イン タビュー 第二弾

《Iさんの巻》

今回は、デイケアを利用しているIさんに突撃インタビューをしました。

――Iさんのご趣味は何でしょうかか
Iさん（以下I）…趣味ですか…（やや考え込む）

趣味というわけではないですが、昨年の六月頃から一日一時間、日記を書いています。また、手紙を書いたりイラスト日記なんかも描いています。

――日記を書いていて何か楽しいことってありますか？

I…文章にすると、後で読んでも面白いし、いろいろと気づくことがありますね。

――手紙はどうですか？

I…最近、友達にはがきを書いていきます。それに誕生日のときにはイラスト入りの手紙を書いて送っています。その他に小〇谷新聞というのを作っています。

――どんな新聞なんですか？

I…近所の猫の様子とか…

――読んでみたいですね。

I…非常にプライベートな新聞なんです…

――他に趣味はありますか？

I…今凝っているのが「マクロビオティ

ツク」です。

ーそれはどういったものですか？

ー玄米とか菜食中心の食生活のことです。動物性タンパク質を摂らないんですよ。とても体が軽いです。I

さん（スタッフの）にもお勧めですよ。ーいや…

やってみようと思ったきっかけは何がありましたか？

I…ある日、「玄米とか豆が食べたい!!」と思って、本屋に行って本を見て実践しようと思いました。

ーしかし、「肉を食べたいなあ」と思うときってありませんか？

I…ありますよ。だから週のうち日曜日はお肉を食べます。平日は無農薬のベジタリアンです。

ーそうですか。どうもありがとうございました。

I…ありがとうございます。突然で緊張しました。

インタビュアースタッフI

（インタビューを終えて）

インタビューをさせていただいたI

さんですが、ご主人の転勤に伴い、今年三月の末にデイケアを卒業しました。

昼食にはいつも、お手製のお弁当や納豆を持参して食べていたのが、とても印象的でした。

その他にも、マンダラ塗り絵などI

さんを思い出すといろいろと浮かびますが、違う土地に行っても頑張ってください。（スタッフI）

心理教育プログラム ご案内

5月のテーマ：統合失調症



毎週木曜日14:00~15:00

第二プレイルーム

（卓球のある部屋）にて

ご興味のある方はスタッフ剣持まで

あなたもきっと

芸術家

第11回

精神科デイケア 合同作品展

出展募集のお知らせ

日頃の成果を発表しよう！

絵画・創作・彫塑など

とき 平成19年1月22日（月）～1月26日（金）

ところ かながわ県民センター

詳しくは「出展募集のお知らせ」で

就労ミーティング 参加メンバー募集

「働く前に考えること」

「どうやって仕事を探す？」などなど

毎週水曜日の14:00~15:00

第二プレイルーム（卓球のある部屋）にて開催

ご興味のある方はスタッフ池沢まで



〈編集後記〉

気候も良くなり春本番となりました。ゴールデン・ウィークは如何お過ごしでしょうか？今年の春は、是非とも外出プログラムに参加したいものですね。パーベキューなんかどうでしょうか。いろいろ行ってみたいなあ。（F）