

デイケア新聞

第18号
発行
ハートクリニック
デイケア

ハートクリニック デイケア

月曜日 開室

九時二十分～十六時三十分

精神科リハビリ豆知識

「復職支援プログラム」

現在、多くの労働者が、職業生活におけるストレスを抱えているといわれており、うつ病等のメンタルヘルス上の不調で休職されている従業員も増加しています。このような理由で休職している方々の職場復帰・再適応を支援することをサポートするプログラムを復職支援プログラム（リワークプログラム）と言います。



バーベキューに行つて来ます

「いや〜暑くなってきましたね…こんな時は外でバーベキューなんていいですね…そうだーデイケアの外出プログラムはバーベキューがいいですよ…そうしましょう…」
「このやり取り去年もなかったっけ…」。というところで、今年の5月の外出プログラムもバーベキューに行つてきます。

今や自分たちのホーム田の場になりつつある、米区の小菅ヶ谷北公園に場所を実施します。バーベキューでは普段のデイケアでは見られない動きをするメンバーが多く、とても楽しいです。また、最近では肉や焼きそばを焼くだけにとどまらず、ピザやマシユマロなどを買い込んで焼いていきます(意外とピザはオススメです…)。マシユマロは女子人気高いです。前日は、これまた恒例の、西友の精肉コーナーを閉店に追い込むぐらい肉を買

い込みます。あとは、天気ですが…晴れてくれることを願います。ちなみに五月三十一日(火)に行きます。



THE マナー

毎週金曜日の朝、十時十分から「THE マナー」というプログラムを行っています。挨拶、敬語、人を紹介する際や、自己紹介の時の注意点、それから「のし袋」の選び方など、ときには実技もまじえながら進めています。「今さら、人には聞

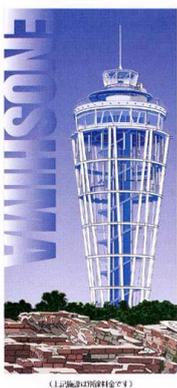
きにくいなー」といったマナーや「あの時、困っちゃったなー」という気まずい場面など、恥ずかしがらずに出し合つて話し合うこともあります。その他に、季節の行事や植物・動物・食べ物の話も出ます!



江ノ島散策してきました

四月の外出プログラムは春の江ノ島散策でした。引率の雨男雨女スタッフに負けることなく今回は晴れ男、晴れ女が強かったのでしょうか。天気も良く散策することができました。大船からモノレールで江ノ島に行き、まずは海鮮のランチで腹ごしらえしました。

満腹になったところで江ノ島の島内散策です。自由行動でしたがほとんどの皆さんは仲間と一緒に話をしながらの散策でした。江ノ島灯台にのぼったり…高いところが苦手でのぼるのをやめたという方もいたようですが…。自由行動でそれぞれにぶらぶら歩いて春の江ノ島を楽しみました。



2016年5月外出プログラム

今年も肉の季節がやってきた!