



2020年もあとわずか

この1年のデイケアを振り返る...

早いもので、今年も後わずかになつてしまいました。今年も色々なことがありましたが、やはりコロナではないでしょうか。デイケアもコロナウイルスやそれに伴う緊急事態宣言などで、大きく運営が変わりました。今は、通常運営に戻っていますが、四月〜六月上旬までは、半日ずつの運営を行ったりしました。また、どうしてもデイケアは集団になるため、密になることを考えてフェイスシールドを着用してプログラムを実施したりもしました。更に常に換気をしていするため、夏の暑さや冬の寒さも室内にいながら感じることができました。そして、なかなかのんびり過ごすということも出来づらいため、参加者も減少しました(今は少しずつ参加者も増えてきました)。しかし、このような状況は悪いことばかりではなく、デイケア



変わりゆくデイケア

をどのように、利用者にとってより意味のあるものにするのかを考え、実行する機会にもなりました。目的意識を持ってもらうこと、その目的に叶ったプログラムを配置することというように変化をしてきました。生物が環境に適応していくように、デイケアもこの状況にどう適応していくのかを考えていかねければならないのかもしれないですね。そのような変わりゆくデイケアには是非ご参加いただければと思います。

挑戦！シリーズ

木曜日の最後のプログラムは「挑戦！シリーズ」というプログラムを行っています。

第73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〜日曜日 開室
九時二十分〜十六時三十分

このプログラムは、木曜日のスタッフの得意な分野や好きな分野にメンバーの皆さんが挑戦する、新しい世界をのぞいてみるというプログラムです。週ごとにテーマが異なり、仏像やアイドル、バールアート、音楽などさまざまです。各スタッフの好きなことをしているの、熱い思いに押され、自分の興味とは異なる世界の扉を開いたメンバーは数知れず。一日の最後に皆で楽しみながら行っています。

やくそくイベント



デイケアにはいくつかのやくそくイベントがあります。デイケアでは、く刃物類は持ち込まない、事になっていきます。明らかに分かるカッターやハサミはもちろんのこと、これから寒いので、【ものづくり活動】のプログ

精神科リハビリ豆知識

セルフケア

セルフケアの定義としてよく言われるのが「自分自身をケア」すること。すなわち自分自身で世話をする。面倒を見ることが現実的には、自分自身で自分を管理、コントロールする事は必要性は十分理解はしていても、意思の弱さ「自心の低さ」等に自ら管理コントロールができない状態になり、結果へと繋げることができない難しさがあります。

ラム時に「かぎ針(棒針)」や「針」を使い何か作品を作ろうと考える方もいると思います。これも刃物類に当たります。【ものづくり活動】のプログラムで必要な物品はデイケアにおいてあります。何かある時は、まずはデイケアスタッフに声をかけてみてください。

く物の貸し借りにも、配慮して頂いております。特にお家に持ち帰るような事など。普段もそうですが、今はコロナの感染も気になる時。皆さんが気持ちよく過ごすためにもご協力をお願いします。

