



# デイケアコミュ



今回はほかほか  
ハレタだよ！

都心で積雪も観測されるなど寒さが厳しい日が続いていますね。感染症なども流行っていますが、体調はいかがでしょう？寒さ対策（花粉症対策も…！）をして体調に気を付けて過ごしたいですね。デイケアではイベントや創作を行って、寒い季節を楽しむ工夫をしています。みなさんの参加をお待ちしています！

## 活動報告①



2月6日（金）にバレンタインイベントを行いました。今年のテーマは『映え』！じゃがりこや、クッキーでマシュマロをサンドしたものにチョコレートをつけ、カラフルスプレーなどで思い思いにトッピングを楽しみました。「上手！」「かわいい～」と声を掛け合いながら、会場は終始にぎやかな雰囲気にも包まれていました。後半はグループでイントロクイズをしたり、ピアノとギターの生演奏に合わせて歌ったりと、楽しい時間を過ごしました。次回のイベントもぜひお楽しみに！



## 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：**看護師  
**担当プログラム：**SST、新聞講読、みんなでクラフト  
**趣味：**デパ地下めぐり  
**好物：**ルイボスティー、無糖の炭酸水  
**コメント：**  
以前は病棟勤務でした。デイケアメンバーさんと一緒に色々なプログラムに参加していけたらと思います。よろしくお願いします。

## 活動報告②

ハレタの  
オリジナルステッカー



12月26日(金)に、デイケアの忘年会を行いました！チームに分かれて、パスタと紙粘土を使いタワーの高さを競う「パスタタワー」やポッチャを行い、会場は大盛り上がりでした。自分でパンケーキをデコレーションして楽しむスイーツタイムやビンゴ大会、冬の歌メドレーなど、1年の締めくくりにふさわしい楽しいひとときを過ごしました。最後には、デイケアのマスコットキャラクター「ハレタ」のオリジナルステッカーを参加者全員にプレゼント！笑顔いっぱいの忘年会となりました。

# 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！就職する前やハローワーク、就労支援施設に通所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ストレス対処法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	新聞講読 レポート作成	SST	復職支援	PC教室/ 新聞購読	ヨガ教室		ストレス マネジメント	CBT basic
午後	卓球	選択制 ストレッチ & 音楽鑑賞	みんなでクラフト		スモール プロジェクト	ピアサポート	PC教室	音楽療法	CBT	創作活動 (アイロンビーズ) 就活講座

## ピックアッププログラム



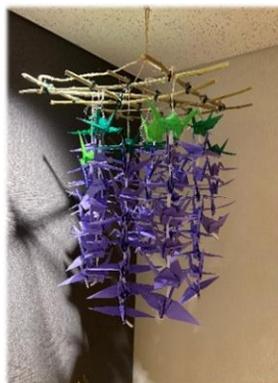
### リワーク・生活支援合同『みんなでクラフト』

工作や壁画などの作品づくりを、みんなで一緒に行うプログラムです。制作を通して、集中力や作業耐久性の向上、協調性を高めることを目的としています。前回の作品では画用紙を短冊状に切り、クルクルと丸めたロールをドット絵のように一つひとつ敷き詰めて制作しました。制作期間はなんと10か月！ロールの数は1万個を超える大作となりました。デイケアにお越しの際は、ぜひご覧いただくと嬉しいです。現在は1月からウールアートに挑戦しています。ご興味のある方は、ぜひ一緒に制作してみましょう！



『みんなクラちょい遅夏祭り』

## ～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 (☎ 03-5579-8691) まで！