

デイケア案内

平成29年 8月

■スタッフから

夏本番の暑い日が続きますね。皆さん夏バテはしていませんか？食事・睡眠をしっかり取って暑い夏を元気に乗り切りましょう。8月11日はふくろい遠州の花火大会があります。豪華な花火も楽しみですが、病院近辺は渋滞や交通規制がありますので気をつけましょう。



● デイケアバスレク

8月25日夏のバスレクでは、今年も『御前崎めぐり』ということで、浜岡原子力館見学となぶら市場とその周辺を見学していきます。御前崎では、なぶら会館にて昼食を取って行きます。その後は砂浜で散歩したり、なぶら市場にて買い物したりと活動していきます。



● 体育館でスポーツ(健康体操)

毎週火曜日に掛川つくし体育館にてスポーツプログラムを行っています。内容はバドミントン、卓球などを行っています。各自好きなスポーツに参加してもらい、初心者の方にも楽しく丁寧に教えていきます。今回はエコパにてジムの体験も取り入れています。楽しくスポーツをしたい方、体力を付けたい方、ストレス解消をしたい方はどんどん参加してください。健康体操では、デイケア室にてゆっくりした動きのストレッチ体操やヨガやカービーダンスなどを行います。運動が苦手な方や高齢の方が対象です。



■プログラムの内容

● 喫茶いこいの家

喫茶準備・喫茶いこいの家は、院内の就労支援のプログラムです。メンバーさんとスタッフが力を合わせて喫茶店の運営をしています。喫茶店のウェイターや作る係、受付などがあり、実践に即した経験ができます。接客の基本を勉強したい方はぜひ参加してください。



● 就労支援(ポスティング)

就労を目標にしている方、仕事の体験をしたい方、デイケアで就労支援(ポスティング)を行っています。ポスティングとはちらし配りのことで、掛川市内を車で移動しながらスタッフと一緒に行って指導していきます。作業代も参加した時間や枚数に応じて分配していますよ。

● パソコン教室

ワード・エクセルの基本的な使い方や音楽CDの作り方など練習しています。「難しいそう・・・」と遠慮している方にも初心者向けのテキストを用意しています。希望者はスタッフまで声をかけてください。少しでもパソコンを扱えると就職にも有利になったり、生活の幅も広がりますよ。



● 健康指導教室

健康指導教室では、NsさんOTさんによる健康指導のお話をしていきます。皆さんの健康や生活に役立つ内容のお話をしていきます。