

デイケア通信

最近の活動の様子をお届けします！！

第2号：プログラム紹介

当院デイケアでは様々なプログラムを日々行っております。
今回はその中から『ソレイユ』と『お好みの会』を紹介したいと思います。

【ソレイユ】

ソレイユとは、フランス語でひまわりという意味があります。太陽に向かって咲くひまわりのように、上を向いて自分らしさを満開にしようという思いを込めた、対話を用いたプログラムです。

『1』と『2』の2つのグループに分かれて行っています。

♪ソレイユ1

臨床心理士が加わり、コミュニケーション能力の向上を図るプログラムです。

“自分を知る” “気持ちを伝える” “相手を知る” “相手を認め受け止める” 様々なコミュニケーションツールを通して、感じたことや、考えたことを表現します。

～自分の『居場所』を見つけ『役割』を果たすために、“聞くこと” “話すこと” から～

♪ソレイユ2

日頃の悩みや気持ちを、自由におしゃべりするプログラムです。自分の気持ちを自由に表現する力を養いながら、自分の気持ちを振り返り、他者の声に耳を傾けることで見えてくる新しい自分を広げていくチャンスです。

話すことが苦手な方でも安心して取り組めるよう、気軽な会話から始めます。



【お好みの会】

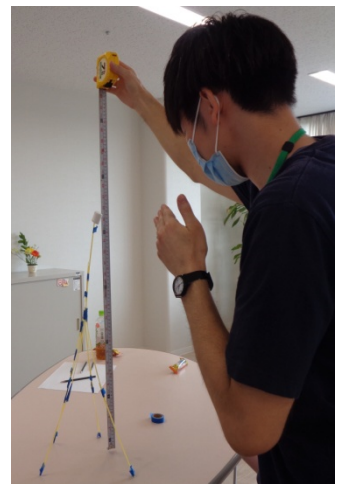
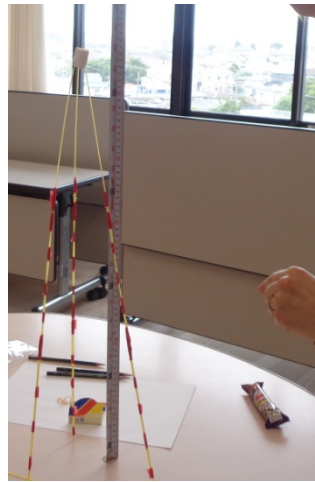
お好みの会は、毎月第1週目にミーティングを行い、その月の活動内容をメンバーさん達で話し合っで決める集団活動のプログラムです。

調理活動（現在はコロナウイルスの影響で中止）、レクリエーション、茶話会など毎回様々な活動を行っています。

今回は、他の曜日に参加されている方にもお好みの会を体験してもらう為に先日開催したレクリエーションイベント『マシュマロチャレンジ選手権』の様子を紹介したいと思います。

マシュマロチャレンジは4人一組のグループを作り、乾燥パスタ 20 本・マスキングテープ・マシュマロ1個のみの材料でいかに高いタワーを作れるかを競う競技です。

他のチームよりも高いタワーを作る為に設計図を描いたり、建てては崩して・・を繰り返したりと、皆さん制限時間 30 分の中で工夫されていました。優勝チームは 79cm もの大きなタワーを作られていました。



これから梅雨が明け、暑さが厳しくなる季節がやってきますが、引き続き感染症対策や熱中症対策を施しながら「来てよかった」「楽しかった」と感じていただけるような運営を努めて参ります。

体験参加も出来ますので、興味のある方はぜひデイケアまでお問い合わせください。