

2015年10月『精神ケア一休 通信』

長袖の出番が多くなってきました。気温の変化が多くあり、体調管理には一層気をつけたいですね。

また、秋はスポーツの秋・食欲の秋・読書の秋などなど暑い夏が過ぎ、やりたい事がたくさん出てくる季節でもあります。デイケアでもバレーの県大会があったり、スポーツ交流大会があったりとスポーツの秋を感じています。

～9月のレク&プログラムの報告～



《バスハイク》

9月11日(金)葛西臨海水族園にバスで行ってきました。前の週から台風がきており、行けるかどうか心配にもなりましたが当日はとても気持ちがいいお天気になりました。

葛西臨海水族園内では色々な水槽を見たり、ゆっくりと水槽の前で過ごしたり、屋外の海の見える所で過ごしたりとメンバーさんそれぞれ思い思いに40分間の自由時間を過ごしていました。

感想では「マグロが見られて良かった」「いい天気で気持ち良かった」「また来たい」など話され、とても良いバスハイクになったのではないかと思います。

また、バスハイクは実行委員が中心となって計画を立てました。当日までスケジュールの確認をしたり、デイケアメンバーが安心して楽しめるようにトイレ休憩を設けたりと様々な工夫をしていました。実行委員のメンバーも「成功して良かった」と話され、とてもいい経験になったようです。



《グッドジョブ》

毎週月曜日の午前中に就労プログラム グッドジョブがあります。就労を目指している方、働くことに興味のある方、働きたいけど不安がある方、就労支援施設に興味のある方を対象に“働くこと”について考えたり、どんな働き方やどんな支援が受けられるかなどを学んだり、どんな準備が必要か話したり、施設見学をしたりするプログラムです。

今月から新しいクールが始まります。興味のある方は参加募集中です。

《ソフトバレーボール県大会》

9月30日(水)にソフトバレーボールの県大会が行われ、一休のソフトバレーボールのクラブチーム『一休スターズ』が選手として試合に出場しました。応援隊も会場に行き、選手のみなを応援しました。選手の皆は力を合わせ、応援隊もいっばいの声援を送ってチーム一丸となって試合に臨み、結果としては千葉県で準優勝を飾ることが出来ました。

ソフトバレーボールのクラブチームはこの大会の優勝を目指してこれまで練習を重ねてきました。「緊張して思う様に動けなかった」「一生懸命力を出ることが出来た」「皆で団結出来た」「試合でコートに立てなかった」選手のみな個人個人では色々な想いがあり、それが普段は感じる事が出来ない経験をしてきたかと思えます。そんな想いを抱えながらも最後は笑顔で締めくくることが出来たかと思えます。

《お菓子作り》

9月30日(水)の午後にお菓子作りをしました。メニューはクレープのオレンジ添えです。クレープは3グループに分かれ、ホットプレートでメンバーさんが手分けして作りました。最初はなかなか上手くいかず、厚くなってしまったり、きれいな丸にならなかったりしたのですが焼いていくうちに綺麗なクレープを焼けるようになりました。また、オレンジソースとオレンジの甘煮もメンバーさんに作っていただきました。クレープに生クリームとアイス・オレンジを添えて、そこにオレンジソースをかけて、とっても素敵なワンプレートが出来ました。出来上がったものをみんなでお茶を飲みながら頂きました。オレンジのさっぱりした甘みと苦みがとても合って、とても美味しかったです。

10月の予定

- 10月10日(土) お楽しみプログラム(ゲーム)
- 10月19日(月) ソフトボールリーグ戦(秋元病院)
- 10月21日(水) 院内ハロウィンパーティー
- 10月23日(金) スポーツ交流大会(卓球)



次回「家族懇談会」は11月7日(土) 15:00～
ミーティングルーム(デイケア前の廊下沿い)

