

2015年12月『精神デイケア一休 通信』

師走に入り今年も残すところあとわずかとなりましたね。
各家庭では年末の大掃除が大変な時期かと思いますがデイケアでも
少しずつ取り掛かっています。(本当にすこしづつですが…)
段々と朝晩の冷え込みも厳しくなり空気も乾燥してきました。
体調管理に気をつけ、この師走を乗り切っていこうと思っています。

～11月のレク&プログラムの報告～

《ソフトボールリーグ戦》

今年最後のソフトボールリーグ戦が9日に行われました。今回は
総武病院グラウンドに総武病院、秋元病院、浅井病院のデイケアが集まり
競い合います。一休は今回 病院との対戦です。

朝はマイクロバスで総武病院まで移動し、昼食休憩のあと試合となり
ました。今回も当院チームが抜群のチームワークで勝利！采配もば
っちり、ファインプレーも随所にみられ、なんと、今年も全勝で優勝
しました～！一休、強いです。



《一休cooking》

今回の一休cookingのメニューは、メンバーさんからのリク
エストもあり『すき焼き丼』となりました！牛肉、豆腐、玉ねぎ、エ
リンギ、しらたきと充実の具材を醤油と砂糖で甘辛く煮込み、温泉卵
をトッピング。メンバーさんがそれぞれの具材を担当し、下準備から
盛り付けまでしっかり行い完成しました。

白菜サラダは切ったり和えたりがとにかく量の勝負。根気よく頑張
りました！りんごゼリーは固まれ～固まれ～と願ったところしっかり
固まり…いえいえ、ゼラチンを水と合わせて溶けやすくしたり、氷
で素早く粗熱を取ったりと工夫して冷凍庫にイン！時間内にしっかり
固まりました！

メンバーさんから「美味しかった～！」「満腹になった～！」とい
う声が聞かれましたが、やっぱりみんなで作るご飯は美味しいです
ね！

《こころの健康フェア》

25日に開催された千葉県のイベント『こころの健康フェア』ですが、
デイケアでは「リカバリー」というプログラムで企画し行ってきました。
青葉の森芸術文化ホールで行われ、内容は当事者のメッセージや表彰式、
松本ハウスさんというお笑いコンビのコント&トークショーという内
容でしたが…、当日は思いもよらない(道路が混んでいた)ハプニング
や雨天ということもあって、残念なことに会場に着いたのは「当事者メ
ッセージ」が終わった直後となってしまいました。

しかし、気を取り直して参加すると、表彰式ではなんと当院の理事長
と名誉院長が表彰されたではないですか！参加メンバーも大きな拍手
を送りました。

最後のメインは松本ハウスさんのコント&トークショー。統合失調症
をもつハウス加賀谷さんの生き方、相方の松本キックさんのコンビ愛。
リカバリーってこういうことなんだ！と本当に感動しました。参加した
メンバーさんが持ち帰ったものもとても大きかったと思います。行って
良かった～！

12月の予定

- 12月12日(土) お楽しみプログラム(クリスマス会)
- 12月16日(水) 院内クリスマス会
- 12月28日(月) 忘年会

※年内は12月28日(月)まで、年始は1月4日(月)からです。

次回「家族懇談会」は1月9日(土) 15:00～
ミーティングルーム(デイケア前の廊下沿い)

