

6階 精神科デイケアおるおる 全部みせちゃいます！

お風呂は60分100円で入ることができます
 デイケアに来れるのは調子がいい時という方も
 おられ、調子の良い時に入浴しておく等、清潔
 を保つためにご利用頂けます

メンバーさんは、デイケアに来ると必ずご自身で体調チェックをします
 体温、血圧、睡眠時間と質、不安感や焦燥感、集中力など、普段と違うことがあればチェックしてもらいま
 すペース配分の参考にしたたり、体調管理の力、相談する力を養います

病気に関する本、リフレッシュや考え方の本、趣味の本などを自由
 に読むことができます

特に病気に関する本などは1人で自宅で読むと気持ちが落ちて
 しまうことがあるので、デイケアに居る時に読むことで沈み過ぎる
 ことを防ぎます

精神科デイケアとは、精神科を標榜する医療機関が開設しているリハビリ施設です
 医師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士等の専門職チームが配置され、様々な
 プログラムを集団で行っています

集団の力は社会生活を送るための技術を高めると同時に、当事者同士で価値ある情
 報を交換したり、他者と協力して何かを成し遂げる成功体験、充実感、モチベーショ
 ンを高める等の効果があります

機能訓練室
 サロンのような人が集まる場所が
 苦手な方はこの場所で過ごすこと
 ができます

読書、ペン習字、塗り絵、ぼんやり
 したい時、自分の世界に入りたい時、
 集中したい時など…

また、パソコンを使って行う認知機
 能リハや映画鑑賞もこの部屋で行
 います

パソコン2台は自由に使って頂けます
 調べ物をしたり、タイピングの練習
 等…最近ではYouTubeで音楽やアニメ
 など、懐かしい映像を楽しんでいる方
 が増えています
 懐かしい映像が共通の話題となり、コ
 ミュニケーションが生まれます

「ミライヘピンゴ」&「アマー」
 9つのマスに自分が少し頑張りたいこと、例えば「朝からデイケアに来る」、「バスの乗ってくる」、「ヨガに参加
 する」などそれぞれの目標を書きます。1つ出来たらスタッフがマスにサインをします。全てのマスにサインが
 ついたら、「100アマー」がもらえます。「100アマー」はデイケアで使える通貨。ゴミ袋やアイス、ジュース、イ
 ンスタント食品等と交換ができます

デイケア活動場所 サロン
 「サロン」、「フロア」と呼ばれ、人が集ま
 る場所です
 食事をしたり、お茶を飲んだり、ゆっくり
 休憩したり、「マイペース」という個人活
 動をしたり…
 時々、UNOやノイというカードゲームや雑
 談で盛り上がることも多く、人との交流が
 生まれる場所です

様々な人が集まる場所で、集団で過ごす
 マナーを身に付けること、過剰に人と合
 わせ過ぎず、自分のペースで過ごせるよ
 うになることは社会で生きるためにとても
 大切なことです

集団の中で過ごすことに負担が大きい時は、
 個室を利用することができます
 個室を閉めて過ごすことから始めて、扉を開
 けて過ごし、人が少ない時に出る…など、
 段階的にすることで徐々にサロンで過ごせる
 ようになっていきます

キッチン、「ヘルシー料理」「男の料理」、
 「お菓子作り」、「管理栄養士による栄養講
 座と調理実習」などで使います

調理技術を習得するだけではなく、作業を通
 してコミュニケーションを練習することもでき
 ます

料理が完成した時は、仲間と1つのものを完
 成させた達成感、喜びを感じ、それを参加者
 と分かち合うことができます

1人ではなく、誰かと一緒に料理することも
 オススメです

掲示板
 掲示板にお知らせを貼っ
 ています
 メンバーさんには各自で
 確認して頂いています

ラジカセ
 ラジカセで好きな
 音楽を聴くことが
 できます

冷蔵庫と電子レンジ
 冷蔵庫と電子レンジは自由に使うことができます
 電子レンジの使い方を覚えたら、食べる物の選択肢が増
 えたり、自分でできることが少しずつ増えていきます

