



みんなで読もう!!

No.37
8月号

デイケア通信

ときわ病院 デイケア・キウイ
〒921-8834
石川県野々市市中林4-123
TEL:(076)248-5221(代)
FAX:(076)248-5223

7/19 (木) 県立美術館



平日でも混んでいましたよ

12名の方とスタッフ2名で県立美術館へ行ってきました。障害者手帳の提示で、無料で入ることができました。「前田家武の装い」、「若冲と光瑤」等皆さんそれぞれの展覧を楽しみました。喫茶店は混んでいてゆっくりお茶をすることはできず、お土産としてシュークリームなどを買っている人がいましたね。

残られた方はコーヒータイム（コーヒーを飲みながらおしゃべり）を楽しみました。



7/25(水)就労準備(事業所見学)

ヴィスト野々市サテライトの見学に行ってきました(利用者の方4名、スタッフ1名)。

最初にいつも就労準備の講義に来ていただいている栄田さんから事業所の説明がありました。皆さんたくさん質問をしていました。

後半は場所を移動して、実際に働いているところを見せてもらいました。90分休憩なしで立ち仕事をしているそうです。働くためには体力も必要不可欠です。その他、身だしなみ、あいさつ、苦手な作業への取り組み等働くための取り組みをいろいろとしていました。



←皆さん真剣に話を聞いているところです

7/3 (火) キウイクラブ 言葉の受け取り方②

人の思いを上手に受け取るために「ありがとう」という言葉をいろんな場面で使えると良いこと、使えるようにしてみようという話がありました。また、人間の脳は「日常的なこと」よりも「脅威や恐怖」に意識が向くようになっている、そのためネガティブな言葉に振り回されないように視点を変えてみるのもいいそうです。そしてなるべくポジティブに受け取るようにしてみましょう。



7/31 (火) キウイクラブ 自分の気持ち①

皆さん、不安な気持ちになったことはありませんか? ないという方はいないと思います。不安を自分でコントロールするためにできることがあります。まず「不安の正体を突き詰めてみること」です。冷静に客観的に見極めることが大切です。次に「保険をかけること」です。事前からできる「備え」をしておくことで不安の解消に役立ちます。次回8/8(火)に対処法の話がありますので楽しみに。

編集後記：暑い日が続きますが、夏バテや熱中症など大丈夫でしょうか。デイケアのスポーツはいつも体育館でしているのですが、飲み物は必須です！保冷剤などで首や脇の下などを冷やすのも効果的です。