

HAPPY  
NEW  
YEAR!



# 《フレンズ便り》

～H31 1月号～



## 平成31年 亥の年！ 新しい年が始まります！

平成31年は新天皇が即位される年ですね。そして平成も終わりを告げ、5月からは新しい元号がスタートします。

細木ユニティ病院も4月より細木病院と再び統合し、新しくスタートします。色々な変化があったり、慌しく過ぎていく一年になりそうですが、デイケアフレンズも気持ち新たに日々の活動に取り組み、メンバーさんと一緒にそれぞれの目標に向かっていきたいと思えます。また今年一年よろしくお祈りします。

皆さんは今年どんな一年にしたいですか？(\*^-^\*)



## ＜活動紹介＞ ～病棟・デイケア 冬の交流会 開催！！～

12月のおすすめチョイス・ミーティングは、初の試みで『病棟・デイケア 冬の交流会』を開催しました！

病棟で実施されている作業療法とデイケアでのプログラム、日頃お互いに一緒に活動することはありませんが、病棟を退院したらデイケアを利用される方もいるので、なにかつながりができないかなと考えたのが今回の企画です。病棟スタッフ、作業療法室スタッフの協力もあり、実施することが出来ました。

交流会では、デイケアフレンズについての紹介と、卓球教室/アロマ&ハーブのプログラム体験を実施しました。デイケア紹介では、病棟患者さんにパンフレットを渡したり、デイケア参加の体験談を話したりメンバーさんから説明をしてもらいました。プログラム活動では、卓球ではメンバーから打ち方の説明をもらったり、声かけをしたり。アロマ&ハーブでは、ハンドマッサージ体験をしましたが、経験メンバーが実際に患者さんにマッサージをしてあげたりと、メンバーさんにおもてなしやプログラム実施の役割をもらいながら進めていきました。

始まる前は「楽しんでもらえるだろうか…」と不安でしたが、卓球はプレーで盛り上がり、アロマもいい香りでリラックスできた様子で、何よりメンバーさんのおもてなし上手な一面も見えました。

感想では、「楽しかった」「こういう企画は定期的にやりたい」「またデイケアに来て下さい」などなどうれしい言葉が聞かれ、やってよかった、また交流する機会を持ちたいなど思いました。

スタッフの皆さんと病棟患者さん、そしてメンバーさんに感謝です☆



## ＜プログラムのお知らせ＞

新年明けて気持ちもフレッシュに！楽しくプログラムを実施していきたいと思えます☆  
プログラムでのイベントや、新プログラムも始まったりと、盛りだくさんでスタートです！

◎初詣：今年一年の祈願に行きましょう。

◎楽しい野菜生活×クッキング：農園で収穫した野菜をメインに『野菜フェス』をします。  
ヘルシーでおいしい、新鮮野菜のクッキングです。

◎書き初め：今年目標を文字に込めて、力強い作品を作りましょう！

◎初釜：今年はお客様を招待して行います。「おもてなし」も大事にしてお点前しましょう。  
おいしいお茶とお菓子を用意しています♪

◎イオンへお買い物♪：冬のバーゲンsale！でいい物ゲットしよう！

## ＜NEW！プログラム＞

◎アサーション：自分も相手も大切にしたいコミュニケーション方法を学びます。

◎CBT：認知行動療法を実施します。講義＋グループワークを中心に行います。

