

7月カレンダー



JULY
令和元年

	日	月	火	水	木	金	土	日
午前	1	2	3	4	5	6	7	
午後1	散歩	カラオケ	園芸	お休み	七夕イベント	☆ミーティング	フロセス依存 認知行動療法	お休み
午後2	ミーティング 室内スポーツ/ゲーム活動	ミーティング/買い出し	認知行動療法(物質)/ ミーティング		認知行動療法(物質)/ ミーティング	映画	フロセス依存 ミーティング	
午前	8	9	10	11	12	13	14	
午後1	自己学習/木工・芸術	散歩	リラクゼーション	お休み	認知行動療法(物質)/ ミーティング	料理教室	フロセス依存 ミーティング	お休み
午後2	ミーティング 室内スポーツ/ゲーム活動	ミーティング フリースタイル	認知行動療法(物質)/ ミーティング		駿河探訪	園芸		
午前	15	16	17	18	19	20	21	
午後1	お休み	映画	こころの体操	お休み	自己学習/木工・芸術	☆ミーティング	フロセス依存 認知行動療法	お休み
午後2		ミーティング/買い出し	認知行動療法(物質)/ ミーティング		認知行動療法(物質)/ ミーティング	映画	フロセス依存 ミーティング	
午前	22	23	24	25	26	27	28	
午後1	ゲーム活動	園芸	リラクゼーション	お休み	認知行動療法(物質)/ ミーティング	料理教室	フロセス依存 認知行動療法	お休み
午後2	ミーティング 心理教育	ミーティング フリースタイル	認知行動療法(物質)/ ミーティング		駿河探訪	利用者会 お誕生日会	フロセス依存 ミーティング	
午前	29	30	31					
午後1	カラオケ	散歩	こころの体操					
午後2	ミーティング 自己学習/木工・芸術	日帰りの湯	認知行動療法(物質)/ ミーティング					



利用者会の様子

デイケアでは毎月、最終の土曜日に“利用者会”を行っています。プログラムについて、デイケアの環境についてなど、アンケートに自由に記入していただいています。利用者さんにとって、より良いデイケアになるよう意見を募っています。同時にその月お誕生日会も行います。今月はフルーツゼリーを作りお祝いしました。



利用者さんに聞きました!!



自分は入院生活が長かったこともあり、デイケアを利用したいと考えていました。以前、他のデイケアを利用した事もありましたが、聖明病院のデイケアはそれとは違った部分がありました。それは依存症関連のプログラムがある事でした。認知行動療法で依存症を学び、ミーティングで自分の思いを語ったり他の人の意見を聞いたり、心理教育で合併しやすい病気を学んだりといった所はほかのデイケアには無かった事です。デイケアでは依存症関連だけでなく、散歩等の体を動かす事、園芸等の自然と触れ合う事、料理や芸術等今後の生活や趣味に活かせる事、その他レクリエーション等を織り交ぜながらのプログラムで毎日を有意義に過ごしています。自分は全てのプログラムを通して自主性があると思います。興味のある事なら物事継続すると思います。スタッフの方に許可や指導を受けながら色々と経験しています。

また、心の状態を聞いてくれるスタッフがいてくれる事は大きいと思います。自分は精神的な波が大きく体調を崩す事が多かったですが、時間を取って聞いてもらい、時には適切なアドバイスをもらったりして助かっています。今では波もだいぶ小さくなったかなと思ったりします。

退院後、すぐに社会に出ていたら焦りが焦りを生み、再び悪い方に向いていたかもと考えた時に、ワンクッション入れられ、社会に出る準備が出来る今の環境を思うと、利用出来て良かったと思います。



アノニマスネーム：カメラマン