

# 聖明デイケア通信

2024年4月号 (第72号)

## カレンダー作り



4月のカレンダーは桜とつくしをイメージして作成しました。デザインの下書きも利用者様が行っていただきました。

## 創作 ~アイロンビーズ~



創作のプログラムでは、アイロンビーズを行いました。オリジナルのコスターやキーホルダーを作りました。

## <季節行事> ~春のクイズ大会~

チーム対抗のクイズ大会を行いました。回答に悩みながらも、チームで協力し、楽しそうに行っていました。優勝チームにはスタッフのサイン入り色紙が手渡されました。



## リラクスタイル ~ホットアイマスク~



今月はホットアイマスクでリラックスしました。日々頑張ってくれている体と心をほぐし、ゆったりとした時間でリラックス。多くの方が参加してくださいました。

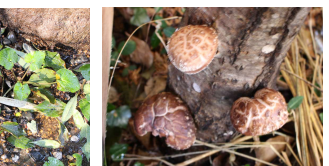
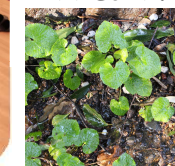


まずはヨガで副交感神経を高め、入眠しやすい状態にしてから、アイマスクを付けて瞑想し、皆でぐっすり。気持ちよかったですね♪

## 園芸 ~種まき・植付け~



今年は「アイスプラント」というプチプチ食感の塩味のする多肉食物に挑戦します。まずは種まき。じゃがいもも「インカのめざめ」と「キタアカリ」の2種類植え付けました。



ワサビが元気に大きくなってます。シタケも収穫できてお吸い物でいただきました。

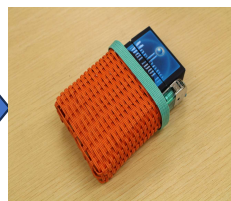
## クラフト作品



4月の折り紙作品は、春らしい色のかわいい作品が出来ました。



クラフトバンド作品では、タバコケースが完成しました。細かい部分も丁寧に時間をかけて仕上げました。ライターが入るように工夫して作ってあります。

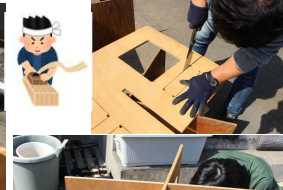


## 木工 ~便利ボックス~



色々な場面で便利な大きさの箱を作りました。パーナーで炙って仕上げもバッチリ♪

## ~テーブル~



外活動で活躍するテーブルを作っています。

## 駿河探訪

### <<製紙会社工場見学>>



再生紙の製紙会社の見学に行ってきました。一日で古紙(原料)を200トン使用。製品になるのは150トン程度であり130万ロールのトイレットペーパーになるとのこと。



## プロセス依存体験記

### プログラムを初めて半年経って

キャンブルのプログラムはいかがですか？

プログラムに参加している先輩方から参考になる話を聞きました。キャンブルもひとときと比べてだいぶ落ち着きました。

参考になる話ってどんなものですか？

キャンブルができない環境づくりが大切だと思います。皆の話を聞いて、実際に使っていたサイトの解約も行うことができました。

プロセス依存プログラムは毎週土曜日に行なっています。どなたでも参加可能なので興味のある方はぜひ、のぞきに来てください。