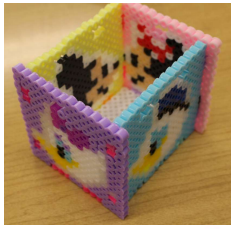
聖明デイケア通信

2025年２月号　（第８２号）

カレンダー作り

2月のカレンダーは節分や梅の花をイメージして作成しました。

創　作　～アイロンビーズ～



いろいろな作品が完成しました。可愛いBOXもでき上りました。

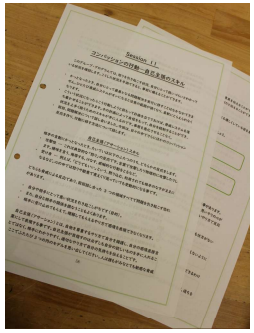
クラフト作品

折り紙作品です。今年の干支である「巳」の素敵な飾りが出来たので、デイケアの玄関に飾りました。動物のライオンのかわいい作品も出来ました。

クラフトバンドでは、カラフルなカゴやシンプルなカゴが完成しました！何を入れようかな…☆彡

はじめて挑戦しました！

アンガーマネジメント



今月のアンガーマネジメントでは自己主張(アサーション)スキルについて学習しました。自他を尊重するやり方で自分を擁護し、自分の感情を直接言葉にして表現することです。相手にわかりやすく、適切なやり方で自分の気持ちを伝えることが大切です。

イベント

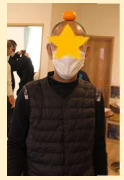
新しい年がスタートし、季節の行事を楽しみました。

〈書き初め〉

1月の日本の伝統行事である「書き初め」を行いました。2025年の抱負や目標、思いを自由に気持ちを込めて書きました。

今年も素敵な年になりますように…☆

〈季節行事〉～かるた大会～



年初め恒例のかるた大会を開催しました。５か所に分かれ、チームと個人の獲得札数で競いました。札が少なくなると、スタートの手の位置を頭や腰にし、平等と安全に配慮しながら進めました。

“お正月といえば！？”の問いに「みかん！」と言うことで、今回の参加賞はみかん。皆さんに喜んでいただけました。上位者にはお菓子の詰合せも♪みんなで楽しみながら取り組めました。

リラックスタイム　～ホットアイマスク～

自律神経を整えるヨガを行うことで、副交感神経が有為となりリラックス効果を高め、安眠につながります。

アロマの香りでもリラックス。アイマスクで目元を温め、目元から体もじんわりほぐれていきます。

木　工　～椅子作り～

一枚の板に図面を見て印付けの作業から行います。一番大事な作業。この工程を経て形になっていきます。

園　芸　～来期にむけて～

寒いこの時期は作れる野菜が少ないので、畑の表層と深層を入れ替える“天地返し”が大事な作業です。土の中の害虫対策となり、次の野菜作りの準備となります。

秋の遅まきの大根と白菜が少しずつ収穫出来てきました。先端が股割になった面白い形も採れました♪