

BESTYとは…BEST(最も良い)とBETTER(より良い)の間。最高でなくて良いけれど、それに近いものを目指していきたい…という思いから生まれた言葉です。

朝晩の空気が冷たくなり、段々と季節も秋に移り変わってきました。今年はインフルエンザの流行も例年より早いようなので、みなさん体調管理にお気を付けください。

さて、デイケアプログラムはすでに秋が盛りだくさんです。ほんの一部ですがご紹介します。興味のある方や利用希望の方は見学ができますのでスタッフまでお知らせください。

【食欲の秋】



秋は食べ物美味しい季節ですね。左の写真は人気 PIZZA Party で作った手作りピザです。具材はみんなで話し合いで決め、生地から手作りの熱々ピザを作ります。オーソドックスなトマト系ピザから、照り焼きチキンピザや餅明太ピザなどバラエティにとんだピザを作ってきました。次回は10/27に開催予定です。どんなピザができるか楽しみですね。

右の写真はたこ焼きパーティーの写真です。丸くひっくり返すのはなかなか難しかったですが、みなさん徐々に上達していました。タコ以外にも色々な具材を入れて楽しみました。11月以降のホットプレートパーティーにどうぞ期待!!



【芸術の秋】



秋は創作意欲も高まる季節。左の写真は最近デイケアで制作したハロウィンの飾りと牛乳パックで作った箸置きです。10月は秋の壁画制作を予定していますので。創作活動に興味のある方、ぜひご参加下さい。

【読書の秋】

8/18に第8回ビブリオバトルを開催しました。今回は9冊の本がエントリー。栄えある今回のチャンプ本はTさんご紹介の「ウルトラ警備隊 キリヤマ隊長に学ぶリーダーシップ」です。「内容は奥が深く、キリヤマ隊長の男らしいストーリーが描かれています。人生を変える1冊といっても過言ではない本です。」と熱くご紹介いただいております。今回は、小説だけでなく図鑑や認知行動療法の本など様々なジャンルの本をご紹介いただきました。次回開催は11月以降の予定です。本好きの方お楽しみにして下さい。



10月のオススメ

足湯処 じん 10月18日(木)



最近疲れを感じている方、冷え性の方、癒しが欲しい方必見!!これまでアロマ足湯や箱根の湯の花を使った足湯など実施してきました。今月はどんな足湯がお楽しみに☆ゆったり足湯で癒されましょう。

就労支援プログラム開催中

毎月第2・4木曜日は就労支援プログラムを実施しています。また、10月16日(火)は横浜市の障害者就職面接会を見学しに行きます。就労に興味のある方、今後就労を目指す方はぜひご参加下さい。詳細は予定表をご覧ください。

【うつ病リワークプログラム】

当院では、うつ病の治療だけでなくリワークプログラムを実施しています。リワークプログラムは、うつ病で休職中または再就職を目指す方の復職と再休職防止を目的としています。他院通院中の方も受け入れ可能ですので、ご相談下さい。

離職コース

うつ病の離職者向け再就職支援プログラムです。認知行動療法・グループワークを中心としたプログラムを行い、再就職を目指します。

対象：うつ病
(病名については応相談)
週3日以上
期間：最長1年間
人数：15名前後
費用：自立支援医療利用の場合
1回800円程度

※復職まで時間のない方の受け入れも可能となりました。また、復職者コース希望の方で参加まで間がある方も離職者コースに参加が可能です。

復職コース

うつ病の休職者向け復職支援プログラムです。認知行動療法を中心とした2ヶ月1クールの短期集中プログラムを行い、復職を目指します。

対象：うつ病
通所日：火曜日～土曜日のうち週4～5日
人数：10名前後のグループ制
費用：自立支援医療利用の場合
1回800円程度

現在12月コースの参加者を募集中です。

※プログラム説明・申し込み案内は随時受け付けておりますので、まずはお電話下さい。