



デイケア通信

2015年11月・12月号

2016年1月1日発行

日吉病院デイケア

〒223-0062

横浜市港北区日吉本町 2-8-2

TEL 045-563-7373

屋外活動



11月 秋の散策（横浜イングリッシュガーデン）

11月19日（木）、イギリスの趣を感じる庭園内を専属ガーデナーさんの案内で散策し、たくさんの香り高い薔薇、草花や樹木、秋の風情を楽しみました。四季折々の庭園の手入れの話も聞けて、鑑賞するだけではない楽しみ方を知ることができました。

12月 カラオケ忘年会（コートダジュール日吉店）

12月17日（木）、年納めの屋外活動として、カラオケ忘年会を開催しました。歌を歌いながら、楽しい会話、おいしいランチ食べ、とても満喫したひと時を過ごしました。



12月の作品



就労SSTスペシャル デリバリー講演 就労移行支援・就労継続支援



12月22日（火）の就労SSTでは、横浜市精神障がい者就労支援事業会様が講師としてお越しく下さいました。斎場の清掃・お茶の支度、公園の清掃、テニスコートの受付、売店・喫茶店の調理・販売補助等の様々な就労支援について、懇切丁寧にご説明いただきました。講師の皆様におかれましては、貴重なお話をいただき、ありがとうございました。

毎週金曜日のCBT

11月 セルフエスティーム「私らしさよ、こんにちは」

自尊心をとりもどすためのプログラム。自分に自信を持って大切にできる人は、心おだやかで安定していて、周りの人も大切にできることを学びました。

12月 アンガーコントロール「怒りのコントロール」

怒りをコントロールすることで、自分や周囲の人に問題が降りかからないようにすることを学びました。

自分をコントロールできることはいい気分ですね。



12月24日（木）
クリスマス会の献立

唐揚げ&ドライカレー
楽しみにしていた
クリスマスケーキ



デイケアからのお知らせ



薬剤情報の小冊子
お配りしています