



秋津鴻池病院 精神科デイケア

新聞

2025年7.8月号



夏祭り

今年もデイケア夏祭りを開催しました！今年はフランクフルトやベビーカステラ、かき氷の食べ物屋台、輪投げやワニワニパニックのゲーム屋台があり、前回よりもさらに夏祭りらしくなりました。

食べ物屋台メンバーさんはスタッフと一緒に食べ物を作ったり、笑顔で商品を渡してくれていました。ゲーム屋台メンバーさんもまだゲームをしていない人に声を掛けたり、上手にワニを出して盛り上げてくれました。ゲームの記録が更新されると他の人が再挑戦するなど白熱した様子もみられました。飾りや看板も一つ一つ時間をかけて作ってくれて夏祭りらしさがとてもよく出ていました。参加、ご協力いただいた皆さんありがとうございました！





はちみつベビーカステラ



かき氷



フランクフルト



いらっしゃい！



ワニワニパニック♪



輪投げでフィギュアゲット！



美味しい～



楽しい～

カレー作り

6年ぶりのカレー作りです！得意な方もそうでない方も皆で協力してジャガイモや玉ネギ、人参などの皮むき、カット、炒め、煮込みなど調理を行いました。給食のカレーも美味しくて大人気ですが、自分たちで作ったカレーもとても美味しく、みんな笑顔でたくさんいただきました！



健康教室

8/25、心理士の先生に『自分の気持ちをきちんと伝えるコツ』を講義していただきました。

- 自分の気持ちを上手く伝えるには、自分だけでなく相手も大切にするコミュニケーションが重要です。その為にはお互いの考えや気持ちを伝え合い、お互いが納得できるように話し合うことが重要です。
お互いを大切にするコミュニケーションを“アサーション”と言います。

- 気持ちの伝え方は大きく分けて3つの言い方があります。

- ①自分の気持ちや考えを優先する言い方
- ②相手の気持ちを優先する言い方
- ③自分も相手も大切にする言い方(アサーション)



- ③アサーションはトラブルになる可能性の低い伝え方ですが、常に正しい気持ちの伝え方というわけでもありません。どの伝え方も場面によっては効果的であったり、逆に効果がないこともあります。そのため、①～③全ての伝え方が必要です。大切なのは自分や相手が我慢しすぎることなく、ちょうど良いバランスで気持ちを伝えることです。

みんなの作品



絵手紙



最近、フラモテルが流行ってます



カレンダー7、8月

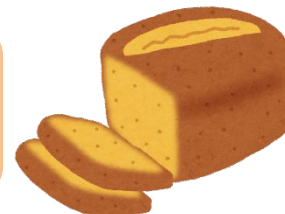
農園便り



甘いスイカできました♪



お菓子作り



シフォンケーキ



マールケーキ

●精神科デイケアとは・・・

レクリエーション・スポーツ・創作活動・生活技能訓練・就労活動など様々な個人・集団活動を通して、社会復帰のための治療や社会生活の訓練・支援などを行う通院リハビリテーションです。

●デイケアに通う目的は・・・ 一人ひとりの目標に合わせて参加しています。

「地域での生活に不安があり、困った事を何でも相談したい」
「仲間が欲しい」「人付き合いが上手くなりたい」「居場所が欲しい」
「生活リズムを整えたい」「体力作り」「症状を上手くコントロールしたい」「働きたい」「働きながら時々息抜きに使いたい」等々。

《お問い合わせ》

秋津鴻池病院 精神科デイケア

開所日 : <月水金グループ>

月・水・金(祝祭日・年末年始は除く)

<火土グループ>

火・土(祝祭日・年末年始は除く)

時 間 : 9:15~15:30

住 所 : 〒639-2273

奈良県御所市池ノ内1064

TEL : 0745-63-0601