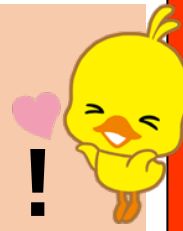


# デイケア新聞



## 2017年1月 チキンラーメンを作る！！

### カップヌードルミュージアムへ！

あけましておめでとうござい  
ます。今年最初の外出プログラムは……  
カップヌードルミュージアムへ行つてき  
ます。チキンラーメンを麺から作つて  
きます。どうやってチキンラーメンが  
できているのか、実際に体験してき  
やいます。麵を練ったり、生地を細  
くしたりするみたいです。ト  
そんなカップヌードルミュージアム  
があるのは、みなとみらいのワール  
ドポーターズ近く。学生の頃は、お洒  
落な街に憧れてよく遊びに行つて  
いたのですが、年を重ねるとよほどの  
ことがない限り行かない遠い土地  
に……。



第26号  
発行  
ハートクリニック  
デイケア

ハートクリニック デイケア  
月～日曜日 開室  
九時二十分～十六時三十分

ただ、こうして「皆で行く」「みん  
なでやってみる」となると、ちよつと  
楽しい気持ちになるんです。そし  
て、すでに楽しみになっている自分  
がいます。

不慣れな場所と作業のため不安  
もありですが、皆と一緒に楽し  
たいと思います。そして、熱々のお  
湯で自作の麺を食べたいと思いま  
す。『行ってきまーす！』

### ポデイ コンデイシヨニング

毎週月曜日の午後、デイケアで  
は「ポデイコンデイシヨニング」とい  
うプログラムが行われています。

(通称、ポデイコンです！)

体の「コリ」や「痛み」は、特に慢  
性化すると、体を思うように動か  
せなかったり、日常生活に影響し  
ストレスや心身の不調につながりま

す。「肩甲骨」と「股関節」を、ス  
トレッチポールやいす等を使って  
様々な方法でストレッチし、動か  
していきます。可動域を広げる事  
で、血液循環を改善し、体の調子  
を整えていくプログラムです。

もちろん、リラククス効果も  
あり、終わった時には体もポカポ  
カ。「気持ち良かった」と実感  
していただけるプログラムです。

興味のある方はデイケアスタッフ  
までお問い合わせ下さい。



### 最後のXmas会

鎌倉芸術館 大規模改修工事前

デイケアの年中行事である十二月の大  
イベントのクリスマス会が十二月十九日  
(月)に行われました。午前中はデイケ  
アでサラダやフルーツポンチやクリスマ  
スケーキの準備をし、会場では備品の

### 『障害者雇用率制度』

障害者雇用促進法によって、民間企  
業、国、地方公共団体は、その「常時雇  
用している労働者数」の一定の割合(に  
相当する人数以上の身体障害者、知  
的障害者を雇用することが義務づけ  
られています。法改正に伴い平成三十  
年度からは精神障害者を算定基礎に  
追加することが決まっています。

### 精神科リハビリ豆知識

配置換えや飾りつけなどが行われまし  
た。乾杯の挨拶を合図にオードブルや  
OAOチキやピザなどをおしゃべりしな  
がらお腹いっぱい頂きました。♪出し物で  
はスタッフとのジャンケン大会やメンバ  
ーさんによるハットジャグリングなどが  
行われました。その後毎年恒例のスタッ  
フによる寸劇『ヘンゼルとグレーテル』、豪  
華賞品をゲットできるビンゴ大会が行  
われ賑やかなクリスマス会となりました  
た☆

来年のクリスマス会のビンゴの景品は  
何かなと楽しみにしています♪

