

2025年5月号 デイケア通信

蒸し暑い日が増えてきています。デイケアでは、熱中症予防のアナウンスを始めました。

～ガーデニング～

今年も夏野菜を育てます。



5月に入りすぐに畑に苗を植えました。今年は、枝豆、キュウリ、ナス、トマト、カボチャ、シソです。畝を作る作業は、とても大変だったそうですが、大きく育つのが楽しみと参加者から笑顔でお話いただきました。



～元気回復行動プラン(WRAP)～ 入門編 開催します！

デイケア特別プログラム

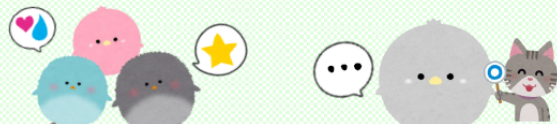
いい感じの私って？

元気回復行動プラン(通称 WRAP)を使って
「いい感じの時の私」「調子がいい時の私」を考える
プログラムの体験ができます。

私はユーモアがある？ 私には責任感がある？
私は楽観的？ 私は控えめ？
私は内向的？ 私は理性的？

「いい感じの私」を

デイケアプログラムで一緒に考えてみませんか？



小集団で話すこともあります。

聞いているだけでも大丈夫！

日時
5月30日(金) 13時～

場所
D館3階 デイケア

◎タイムスケジュール◎

12:45 受付開始
13:00 プログラム開始
「いい感じの時の私」について
※途中休憩あり※
14:30 プログラム終了

参加希望の方へ
事前申し込みが必要です。
病棟の作業療法士(OT)へ
ご相談ください。
申込締切り: 5月28日(水)

元気回復行動プラン(WRAP)

入門編を5月30日に開催します。

今回は「いい感じの私って？」を
テーマにプログラムを体験していただこうと思
っております。

元気回復行動プラン経験者のデイケアメンバー
とスタッフが、ご案内いたします。

楽しい時間になるようにみんなで打ち合わせも
しております。

皆さんのお越しをお待ちしています。



東京武蔵野病院デイケア