

INAGI デイ★すたーず デイケア通信

2020年12月

11月を振り返って

- 11月の就労情報

B型作業所「若人塾」の見学に行ったメンバーが、デイケア利用と平行して週3日ぐらいのペースで体験実習を行っています。

- 11月のコミュニケーション講座

「ストレス対処」「感情のコントロール(不安について)」を行いました。きちんとした対処方法は学んだことのないメンバーが多く、得る事が多くあったようです。

12月のピックアッププログラム

- プログラム「WRAPの入り口」

WRAP（元気回復行動プラン）を知っていますか？WRAPは自分が元気であるためのツールです。調子が悪くなるのを繰り返していたり、繰り返すのではないかと心配になっている方は、自分の取扱説明書を持つと良いかもしれません。12月はWRAPの入り口だけツールを作ってみます。気に入ったら1月からみんなでやってみましょう。

- プログラム「令和2年年忘れお楽しみ会」

12/24（木）はデイケアのお楽しみ会です。ケーキ作り、じゃんけんプレゼントなど、感染に気を付けて、でもみんなで楽しくやりたいのです。参加したい方はデイケアスタッフに言って下さい（締切り12/10）。

連絡先

〒206-0824 東京都稲城市若葉台3-7-1

稲城台病院 デイケア

Tel : 042-331-5531 Fax : 042-331-6287

e-mail : inagi-dc@kenseikai-jp.com