

精神科ショートケアが はじまります!!



精神科ショートケアとは？

治療が落ち着き、居場所を求めている方、就労に向けて準備をしている方が社会復帰を目指す場所になります。

開催日時

毎週水曜日 午前の部（9：15 開所）・午後の部（13：45 開所）

※現在『ぶどうの樹』の水曜日に通われている方はそのまま通っていただいても大丈夫です。

※他の曜日に参加されている方もお気軽にご参加ください！

対象者

- ・きしろメンタルクリニックに通院されている方（病名は問いません）
- ・16 歳以上
- ・グループでの活動が可能な方



プログラム内容

レクレーションを中心に
にみんなでわいわい楽
しく過ごします♪

- おしゃべりトレーニング…コミュニケーションのトレーニングを行います。
- ミニゲーム…卓上ゲームや人生ゲームなど、みんなが盛り上がる楽しいゲームをやりましょう！
- フリー活動…やりたいことを持ち寄って自由に過ごせる時間です（勉強、読書、創作活動など）。
- 健康講座…看護師や心理士から病気や薬のこと、心理教育のことなどを学びます。
- ぶどう life…みんなの生活の困りごとについてみんなで考える時間です。
- 料理…みんなでお菓子やおかずなどを作り、おいしくいただきちゃうプログラムです。
- ヨガ…ストレッチやヨガを通して運動不足を解消しましょう！
- ハンドメイド…UV レジンやプラバンなどを使って、アクセサリや小物などを制作します。



その他、花見や夏祭り、アート展、作業所見学、身だしなみ講座、テーブルコーディネート講座など様々なプログラムを考えています（プログラム内容は今後変わるかもしれません）。みんなで役割分担をして協力し合って、過ごしやすい環境づくりをしていきましょう！ぜひお気軽に参加してください！



担当：木代(憲)、姫野、川村

スタッフ一同楽しみにお待ちしています(^^)