

デイケア通信



2021年7月・8月号



リワーク

8月から月曜日もリワークプログラムが始まりました。初日は残念ながら人数が集まらず中止となりましたが、自分の目指す生活リズムに合わせて構造の幅が広がったので、うまく活用していきたいと思いません。

アンガーコントロール

日々イライラすることはありませんか？物事がうまく進まない時やマナーを守らない人を見た時など、イライラしたくないのに、気にしてしまう自分がいますよね。アンガーコントロールでは、そんな怒りをコントロールしています。私もだいぶコントロールできるようになり、外に出るのが楽になりました！これからも続けていきたいです!!



フラワーデー

サークル活動のフラワーデーでは生け花を行っています。今年に入ってから外来の待合室に作品を置かせてもらっています。みんなに見られると思うと緊張してしまっていますが、置いてみると色々な人が「きれい」や「いいね」など喜んでくれているので「作ってよかったなあ」という気持ちになります。



2021年8月31日発行

日吉病院デイケア
〒223-0062
横浜市港北区日吉本町2-8-2