

画材だけでなく、  
道具選びも大切？

# 絵手紙

デイケアには月1~2回、絵手紙プログラムがあります。季節の草花や食材、いつも身に付けているもの、大切なものなどを画材に絵とメッセージをしたためています。今回は夏らしく「スイカ」を画材に絵手紙を描きました（スイカは美味しくいただきました😊）。



描いてみると墨や絵の具のにじみが強くて驚きました。墨の線が太くなりすぎたり、色が広がりすぎたりと難しかったです。絵手紙用はがきの中にも、にじみの強弱や紙の厚さなど特徴があるようです。自分の描きたいイメージや描くスタイルに合わせて選ぶと、作品作りがより楽しめますね。



デイケアで使っている絵手紙用はがき。一般的なはがきと異なり、墨や顔料などの色彩が活かせます。

にじみが強いものは発色が強く、重ね塗りが綺麗にできるそうです。弱いものは発色が弱ですが、初心者向けで描きやすいようです。



当院精神科外来通院中、または他院精神科通院中の方で、'自立したい' '就職や復職、復学したい' '仲間を作りたい' 等の希望をお持ちの方はデイケアまでご連絡下さい！

個別にご相談を受け付けています

【精神科デイケア】

048-857-6785 / 048-857-6820

萌木通信 8-9月 第146-147 合併号

発行日：令和6年9月1日

発行元：埼玉精神神経センター 精神科デイケア

発行責任者：松浦 彰久

さいたま市中央区本町東 6-11-1

Tel：048-857-6785 (直通)

E-mail moegidc@saitama-ni.com

# 萌木通信

2024年8-9月  
合併号  
Vol. 146-147



## 夏祭りを楽しんじゃおう~♪

今年のシナプス夏祭りは残念なことに悪天候で中止でした。デイケアも出店準備をしていましたが、出店できず…。用意した装飾や食材、何より準備に携わったメンバーたちの努力がもったいない！それならデイケア所内で夏祭りしちゃえ~!! ってことで、準備を進めていた『カフェ』と『スマートボール』の屋台をデイケア所内で出店し、デイケアのメンバーで満喫するぞー!! (´▽`) (Yeeeeeah!!)

カフェではコーヒーフロートやメロンソーダフロートが大人気♪冷たいバニラアイスが火照った身体をCOOL DOWNしてくれました(´▽`) \* 🍧

スマートボールはデイケアのアートクラブお手製!! きらきらとイルミネーションが飾る中で、豪華な景品を狙って楽しむことができました(\*´艸`)♪

各店舗はこの日に向けて手作りの看板やお客様対応の練習などたくさんのお話し合いと準備が行われてきたこともあり、悪天候にも屈せずその成果を堪能いたしました👍

## — TOPICS —

- デイケア所内 DE 夏祭り
- ゲームを通じて生活に活かす (VCAT-J)
- 初めてのDIY (アートクラブ)
- 道具も作品の一部ない (絵手紙プログラム)

# VCAT-J 新クール始動!

VCAT-J(Vocational Cognitive Ability by Jcores) とは…

「Jcores(ジェイコアーズ)」というパソコンゲームを利用して自分の認知機能の特徴を知り生活に活かしていくリハビリテーションです。

認知機能とは、日常生活で機能するために必要な能力で記憶力や注意力、判断力、問題解決能力などがあります。

萌木の風では、8月より本格的に始動しました。今回はこのVCAT-Jの内容の一部を大公開しちゃいます!



## ゲーム：注意力

たくさんの記号の中から指定された記号を探す注意力を見るゲームです。似た記号や小さい記号を探すのは一苦労です～。複数問あるので集中力の維持も必要になります!



## グループで 振り返り

ゲームの結果と日常生活の橋渡しを行います。実施したゲームはどの認知機能をつかっているのか、就労や日常生活に置き換えるとどのような場面に相当するかグループワークで話し合います。

## 例えば…

注意力のゲームでは…



記号を見つける

関連している

日常生活では…



買いたい品を見つける

今回、紹介したもの以外にも様々な認知機能の特徴を知ることができます。

このプログラムでは生活の中で上手いできないことの原因がわかったり、自分自身も知らないアピールポイントに気付いたりします。自己理解を深めることで、自分に合った働き方や生活スタイルを見つけ、今後の就労やステップアップに役立てることを目指しています!



アートクラブではいろんな作品作りに取り組んできましたが、今回はコーヒーやお茶などのスティックを収納する実用的なボックス作りに挑戦しました。

最初は段ボールで試作品を作り、それを基にホームセンターで必要な資材を購入して作製スタート!(^・ω・^)

でも…設計から材料購入、木材のツヤ出しや木ネジの装着、工具の扱いなど…一つ一つの作業が初めてのことばかり(・\_・)↓



初めての電動ドリル



仮組して位置調整



木ネジで組み立て



イメージ通りにできたかな



デイケアは3フロアあるので、全部で3つ作りました! なれない作業もみんなで取り組み、約半年ほどの期間をかけて作製したので、完成した時にはみんなで「お～お! 初めてにしてはちゃんとできたね!」と感動しました。(・^・)

←取手を手前に引いて取り出します。こんな感じ。

