



今話題の映える?!

♡スイーツ作り♡



世の中では、映える（ばえる）という言葉がよく聞かれるようになりました。「はえる」と同じような意味も含まれますが、撮影をした写真や映像、または被写体に対して使われる言葉で【(物や風景などを撮影したときに)美しく見える、おしゃれに見える】【(撮影した写真、映像が)他の人から高評価されそう】という意味で使われているそうです。

今回デイケアでは映えるスイーツ作りを行いました。メニューは春巻きの皮を使ったミルクレープ!! 初めて知りましたが、春巻きの皮には生でも食べられるものもあるようです(モランボンホームページより)。



4分の1に切った春巻きの皮を1枚ずつ丁寧にはがし、はちみつ入りのヨーグルトクリームを塗って重ねていきます。最後にフルーツと粉糖を添えて完成♪材料も工程もシンプルです!!



色鮮やかな
映えるスイーツが
できました♡

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 12月 第150号
発行日: 令和6年12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12月
Vol. 150



どこに飾るか作戦会議



近くで見ると細かな工夫がいっぱい



ひとつひとつ心を込めて



ミニツリーもかわいい

マクラメでオーナメント作り~手芸クラブ~

みなさん、マクラメってご存じですか?マクラメは紐や糸を手で編み、結び目を作って模様や形を作り出す技法のことです。シンプルな作品から、紐を複数使う複雑な作品までいろいろあるようです。これは手芸クラブにピッタリ!なのでクリスマスに向けて、マクラメ編みでオーナメント作りに取り組みました!

グループに分かれて作成し、ミニリースやハート、星、クリスマスツリーなど趣向をこらした作品が、なんと50個以上もできちゃいました!!(ついつい夢中になってしまいました)飾りつけでは、作品が主役になるように枝だけの木のイミテーションを土台にしてみました。見事完成(^-^)

木には電飾がついていてキラキラ光り、作品をより一層輝かせてくれています☆彡

—TOPICS—

- ・マクラメオーナメント作り(手芸クラブ)
- ・萌スポ mini(卓球)
- ・ゲームだけじゃないVCAT-J
- ・春巻きの皮で映えスイーツ(!?)

第8回萌木の風杯卓球大会 **萌スポmini**



監督また優勝

2度目の奇跡!!

萌木の風卓球連盟主催の、第8回萌木の風杯卓球大会が開催された。皆が優勝者を予想する中、大方の予想を大きく裏切り、監督が2大会ぶり2度目の優勝を果たした。

総勢24名参加の今大会、予選は6名ひとグループ、全4グループでのリーグ戦。1セットマッチを戦い、各グループ上位3名が決勝トーナメントへ進む。決勝トーナメントでは勝ち上がった12名が萌木の風卓球の頂点をかけて戦う。

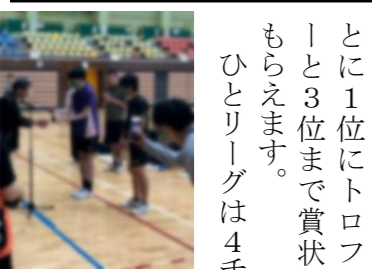
最近卓球部でもめまき腕を上げていっている部員たちをはじめ誰が優勝してもおかしくないともいえる大会史上屈指の戦いが繰り広げられた。予選が終了し、やはり前回大会優勝者や上位入賞者が順当に勝ち進んでいる中、スタツフ3名も



大会の様子。みんな真剣勝負

決勝トーナメントに進んだ。決勝トーナメントは1セットマッチ、3位決定戦と決勝戦は3セットマッチで行った。実力伯仲の試合が続く中、決勝に残ったのは前回大会の優勝者と監督。誰がどう見ても監督に勝ち目はないと思われたが、いつものプレイスタイルを捨てて、にわか仕込みのカットマンスタイルで挑んだ奇策が功を奏しセットカウント2対1で監督が優勝、第8回萌木の風杯卓球大会は幕を閉じた。

試合後監督は「あまり耐性のないカットマンスタイルで挑んだのが今回の勝因でした。3度目の優勝も狙っていききたいと思えます」と調子に乗っているらしい。



表彰式の様子

浦和駒場体育館にて行われた第50回埼玉県精神保健福祉卓球大会の卓球交流会に行ってきました。

16施設25チームが参加！

優勝をを楽しむSリーグと交流を楽しむKリーグがあり、萌木の風デイケアはSリーグに3チーム参加しました。

今回はブロックごとに1位にトロフィーと3位まで賞状がもらえます。ひとリーグは4チームで構成され、萌木の風チームは3チームとも別ブロックで戦い、Aチームが1位のトロフィー、B・Cチームが3位の賞状とプレミアムクリン卓球ボールを頂きました。

全員で表彰式を迎えたかったので、時間の関係で、代表の3名で参加しました。

当日参加の選手皆さん、協力の皆さん、協力してくださった全ての方に感謝いたします。お疲れさまでした。



後の記念撮影

みんなで楽しもう卓球交流会

VCAT-J 言語セッション

VCAT-J(Vocational Cognitive Ability by Jcores) とは…?
 萌木の風ではVCAT-Jという認知機能のリハビリテーションを行っています！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、計画立案力などがあります。VCAT-Jでは「Jcores(ジェイコアーズ)」という様々な認知機能を使ったゲームを行う「パソコンセッション」とグループワークをする「言語セッション」の2つを実施します！

言語セッションでは何をするの？

自身の認知機能の特徴を知る
 ゲームの結果を振り返り、得意・不得意な分野の認知機能を知ります。就労場面やデイケアでの場面を取り上げ、パソコンセッションと日常生活場面での関連を確認します。

対処方法を検討する
 不得意な分野のゲームは、参加者で戦略を話しあったり、日常生活でも工夫・補う方法を考えて行きます。また、どんな時に認知機能が働きにくくなるかなどのセルフモニタリングを行い、対処方法を検討します。

例① 記憶力

ゲームの結果
覚えておく品物が抜けてしまいがち

日常生活では…?
買物の品物を思い出せないことがある。

対処法の例
 ・カテゴリーで分けてイメージする。(乳製品とスナックと文房具 など)
 ・スマホでメモする

例② 注意機能

ゲームの結果
スピードを求められると見落としが多くなる

日常生活では…?
仕事で焦ると目の前のことしか注意が向かず視野が狭くなる

対処法の例
 ・行動する前に全体を見渡してみる
 ・「指さし確認しよう」と張り紙する