

## ガラスタイルでデコってみました ~アートクラス~

ガラスタイルという装飾用のタイルを知っていますか?アートクラブでは ガラスタイルを使って、いろんなものをデコレーションしてみました!

【コースター】



【写真立て】



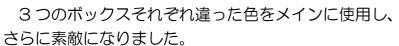
【小物入れ】

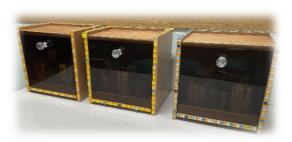


コルク製のコースターや写真立て、小物入れを 100 円ショップで購入!自分の好きなデザインを考えて、ボンドでタイルを貼り付けたら完成というシンプルな工程で出来ました☆
オリジナルの作品にみんな大満足!

### 【ドリンクボックス】

以前アートクラブで手作りしたコーヒーやお茶のスティックを入れるボックスにもデコレーションしてみました!





## 知って安心!脳の健康フェスタ開催

11月2日(日)10時~15時、埼玉精神神経センターにて「脳の健康」をテーマにしたイベントを開催いたします。ステージでは丸木雄ーセンター長の講演をはじめ、与野鴻沼太鼓やバンドの演奏。 開場では認知症の VR 体験や栄養キッチンカーのパッククッキングなどの体験&相談コーナー、特別企画としてなんと無料でMR I 脳健診ができる (抽選会アリ)。 その他フリマやグルメ屋台の出店もあり! さらには、さいたま市PRキャラクターつなが龍「ヌゥ」と記念撮影ができちゃいます。まさに盛りだくさんの健康フェスタ! ご家族そろってぜひお越しください。



※詳細・最新情報は埼玉精神神経センターホームページをご覧ください

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9月 第157号

発行日:令和7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



## 新プログラム☆レジンアクセ

萌木の風では、火曜日の午後に手作業系のプログラムを行っています!ヘンプ編み、ビーズ細工、書道など様々ですが、今回、新しくレジン細工に挑戦してみました。初のレジンを扱ったプログラムということで、初回は可愛いキーホルダー作りを行いました!透明のレジン液に好きなパーツを入れてレジン液でコーティングします(\*^▽^\*) 簡単なのに、とても凝って作ったようなクオリティの高い作品ができました!希望があれば、自分のイニシャルを入れることもできます(笑)。パーツの組み合わせ方・入れ方次第で二つとないオリジナルの素敵な作品ができます。また、参加したその日に完成することもありメンバーからとても好評だったので、今後は定期的にプログラムに組み込みたいと思います☆

# -TOPICS-

- ・手作業系新プログラム(レジンアクセサリー)
- ・4 種のカレーで大満足(カレー大会 2025)
- ·SST プログラム紹介
- ・ガラスタイルアート&フェスタ告知

# **急加し一次会2025**章

8月 13 日(水)の夏真っ盛りにデイケアイベントプログラムとして「カレー大会 2025」を行いました!!

前日の食材調達の買い物から始まり、当日は4種類のカレーをチームに分かれて作り、最後はみんなで美味しく食べ比べしました♥

このコーナーでは、カレー大会の様子をご紹介します♪



# SST プログラム紹介

当デイケアでは SST(Social Skills Training)という認知行動療法に基づいたリハビリテーションプログラムがあります。SST にはいくつか種類があり、主にコミュニケーションや疾病管理についてトレーニングしています。

## ~デイケアの SST プログラム~



## コミュニケーション

#### 基本訓練モデル

参加者個人の目標や悩みに合わせて、 実際の場面を想定した練習をします。そ の人のやり方や得意な伝え方を基に、さ らにやりやすい、わかりやすい伝え方を グループで考えてスキルアップを目指し ます。

#### ステップバイステップ方式

グループ全体で共通のコミュニケーションスキルの練習をします。練習内容がステップ化されているので、わかりやすく安心して練習に参加できます。

# 疾病管理



#### 服薬自己管理モジュール

自分にあった薬や管理方法を見つけるためのグループです。薬を飲む目的や主治医への相談方法、副作用への対応などを学び、良い体調を維持して生活を送れることを大切にします。

#### 症状自己管理モジュール

体調の変化や症状のサインに気づき、 対処方法を学ぶグループです。自分の体 調をモニタリングすることに重点を置い て、再発や体調悪化を予防して、自分らし く生活できることを目指します。

参加しているメンバーに合わせて、4つの中から1~2つ程度プログラムを実施しています。どのプログラムもゆったりと運営しているので、安心して参加することができます。興味がある方は 是非、デイケアにお問合せください。