待望の到着!!と思ったら？

昨年からメンバー間で静かにブームになっているビリヤード。デイケアにもともとあったビリヤード台はミニサイズ…もう少し大きい台がほしいと熱望され、この度ビリヤード台（大）が仲間入りしました！実はここにたどり着くまで、なかなかの長旅でした…(◎_◎;)ｼｰﾅﾉｮ。

ネット通販で購入したのですが注文直後に「在庫切れのため、入荷をお待ちください」と連絡があり約２週間。ようやく発送通知が届いたと思ったら、今度は予定日を過ぎても到着せず。配送番号を確認しても、なぜか追跡できない。配送業者に問い合わせたら「そんな番号の荷物はない」と…。「本当に届くのだろうか」と不安になりました。販売業者に問い合わせをすると、なにやら中国の春節休暇の影響で配送が滞っていたそうです（。-`ω-)ｳｰﾑ。

注文から１か月以上経って、ようやくデイケアにビリヤード台が到着！(ｏ｀･ω･´)ｏ))ﾍｲﾍｲ
到着したその日に組み立てて、さっそくビリヤードをやろう！とボールを開封すると、**なんか赤がいっぱい!!**実は通常のビリヤードではなく海外で人気のビリヤードの一種の“スヌーカー”仕様だったことが判明しました（;ﾟДﾟ)ﾏｼﾞｶ。ハプニング続きでしたが、現在はスヌーカーとしてもビリヤードとしても、みんなで楽しく遊んでいます（*´▽`*)ﾒﾃﾞﾀｼﾒﾃﾞﾀｼ。



元々あった台の３～4 倍ほどの大きさ！(・ω・)ﾉｮｯｼｬｰ





赤だらけ…(´・ω・`)ｿｳﾀﾞﾈ



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　6･7 月　第 162 号
発行日：令和 8 年 7 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：奥井　健司
さいたま市中央区本町東 6-11-1
℡：048-857-6785（直通）
E-mail　moegidc@saitama-ni.com

萌木通信

2026 年 6･7 月
Vol. 162









→黒毛和牛、牛タン、ランプ、サーロイン、ヒレなど…何から食べるか迷っちゃいますね(;・∀・)





↓高級なカレールーで作りました♪







←机に並べると大迫力！

GW イベント　～飯フェス開催～

GW 中に食事イベントを開催しました！メニューはステーキやカレー、冷しゃぶ、焼きそば、スープなど、さまざまなラインナップ！その名も‘飯フェス’!!

当日 40 名近い参加者が集まってくれたので、朝から料理ごとのチームに分かれ、段取りを話し合い、役割分担しながらワイワイと作りました。

ステーキや冷しゃぶで用意したお肉は約８キロ（+o+)ｳﾋｮｰで、「すごい量だねぇ～」と話していましたが、食事スタートと共にどんどんみんなの胃袋へ！20 合炊いていたご飯もキレイになくなり、急遽冷凍うどんも投入し、お腹いっぱい食べました（･´з`･）ﾌｧ～

食後、片付けまでしっかり頑張り、デザートのアイスも食べて大満足の１日でした～♪

―ＴＯＰＩＣＳ―

- “飯フェス”やりました！
- スポーツ特集（卓球＆フットサル）
- 認知機能って？
- ビリヤード？スヌーカー？

ふれあいピック春季大会（卓球）

第３９回県民総合スポーツ大会兼第２５回埼玉県パラスポーツ大会・令和８年度彩の国ふれあいピック春季大会が行われました。この大会は、毎年行われる全国障碍者スポーツ大会（令和８年度は青森で開催だ！）の代表選手の選考会も兼ねています。萌木の風デイケアも全国大会に行くべく卓球クラブの４名のメンバーが参戦しました。(`・ω・´)ゞﾋﾞｼｯ



↑会場は熱気に包まれ、熱い戦いが繰り広げられました

↓予選リーグ後は決勝トーナメントだ！





↑仲間のために応援に駆けつけてくれたメンバー！頼もしい‼





↑参加した全メンバーで記念撮影！
お疲れ様でした。

結果、リーグ戦を経て決勝トーナメントに１名進出！善戦したもののトーナメントでの勝利はおあずけとなりましたが、リーグ戦を含め選手全員が持てる力を十分に発揮した素晴らしい大会になりました。全国への道のりは厳しく険しいものの来年に向けまた力をつけて挑みたいと思います。当日参加されたすべての方に感謝！お疲れさまでした。ヽ(^o^)ノ

フットサル交流会



院内フットサル部とデイケアフットサルチーム「Breezers」の交流会を５月 23 日(土)に開催しました⚽
開場はラダースポーツ北与野で、当日は天候にも恵まれ爽やかな気候の中で気持ちよくプレーできました!!汗を流し、充実した時間を過ごしました。今後も定期的に親睦を深めたいと思います😄

にんちきのう（認知機能）ってなーに？

認知機能とは、私たちが日々を心地よく過ごすために欠かせない「脳のパフォーマンス」のことです。五感を通して外の世界から情報を取り入れ、整理し、そこから考え、行動へとつなげていく力を指します。たとえば、「人の話を理解する」「物事を記憶する」「考えて判断する」「集中する」といった働きも、そのひとつ。これらはすべて脳によってコントロールされており、毎日の暮らしや仕事、人とのコミュニケーションを支える大切な役割を担っています。

認知機能には、いくつかの代表的な働きがあります。

まず「**記憶**」は、経験や学びを蓄え、必要な場面で引き出す力。次に「**注意力**」は、数ある情報の中から必要なものに意識を向け、集中する力を意味します。また、「**判断力・思考力**」は、状況を的確に捉え、最適な行動を選択するための力。そのほか、「**言語機能**」と呼ばれる、話す・読む・書く・相手の言葉を理解するといったコミュニケーション能力も含まれています。

認知機能が上手くいかなくなると？

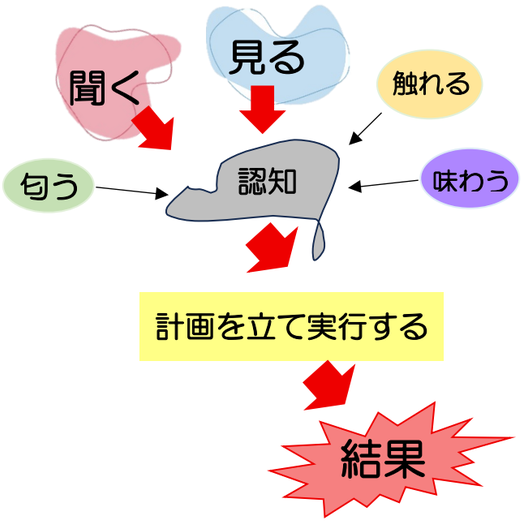
認知機能は、私たちのあらゆる行動を支える大切な働きです。もし「聞く」「見る」といった情報処理がうまくいかなくなると、日常生活や人間関係に影響が現れることがあります。

たとえば、

・相手に悪気がないのに、「睨まれた」「馬鹿にされた」と感じてしまう
・見る力や聞く力が必要な仕事や家事がうまくいかず、落ち込んでしまう
・話を正しく聞き取れず、誤解を招いてしまう

などのケースがあります。

このように、認知の段階で情報の受け取り方にズレが生じると、人間関係にも影響を及ぼすことがあります。



デイケアではどんなことをしてる？



デイケアでは、多彩なグループプログラムを通して、楽しみながら認知機能への理解を深めています。

日々の“生きづらさ”の背景には、認知機能の特性が関係していることがあります。

自分自身の特性を知ることで、苦手さへの対処法だけでなく、自分らしい強みにも気づけるようになります。

メンバーさんとスタッフが一緒に認知機能を振り返りながら、一人ひとりに合った工夫や関わり方を見つけ、日常生活や就労に活かせる支援を行っています。