

デイケア通信 虹

新プログラム紹介「スリムクラブ」

ついにデイケア有志により日本人の永遠のテーマである「やせたい」という願望を叶えるプログラム『スリムクラブ』が発足しました。Let's ガリガリを合言葉にデイケアにてシェイプアップやダイエットを成功させようと言う目的です。

昼休みの12時半から13時まで C 館4階の多目的ホールで音楽を流しながらウォーキングやジョギング・ランニングをそれぞれのペースで取り組んでいます。基本的に毎日開いておりいつでも参加できます。もちろん毎日参加しなくてもよくて、途中からでも、休憩をはさみながらでも大丈夫です。老若男女いろいろな方々が参加しています(大体10人くらい)。9月から開始し徐々に浸透して人数も増えています。

ウォーキング等の最後には自身の体重をチェックしたり表でグラフを付けたりして一喜一憂して楽しんでいます。私の効果が現れるのはいつになるのでしょうか…。



祝日開催① 南知多方面へ旅行

9月16日(月/祝)、敬老の日、楽しみにしていた旅行の日がやって来ました。天候にも恵まれ、利用者31名と職員6名にて南知多方面へ出発しました(今回はゲストに村瀬さんも同行しました)。

走ること20分、最初の目的地の『エビせんべいの里』に到着しました。そこでは試食や買い物を楽しみました(ちなみに僕は試食回りで少しお腹が膨れました)。

次は『魚太郎』です。それぞれ好きな料理(海鮮丼や刺身料理)を注文して腹いっぱいになり、時間があつたので売店の中でさらに餅を試食している人も居ました。

最後は常滑の『明太パーク』へ向かいました。そこでも明太子を試食したり、アイスクリームを食べてたり…お土産にふりかけを貰って嬉しかったです。これでまたご飯がすすんでしまいます!食べて食べて食べてばかりの旅行でした～。



祝日開催② バーベキュー大会

10月14日(日/祝)、今回も祝日にデイケアを開催して「バーベキュー大会」を行いました。台風19号の影響もあって小雨が降る中でしたので、デイケアセンター室内にてみんなの協力のもと始まりました(晴れたら屋外テラスで実施でした、残念！)。

30人を超える参加者が6班に分かれ、各班5~6名で買い出しと会場設営をそれぞれ行いました。僕は買い出し班でマックスバリュに野菜を買いに行きました。調理室で野菜を刻んで…昼からお祭りのバーベキュー！実行委員長(僕)の乾杯の合図で各自ジュースやノンアルコールビールを片手に牛肉・豚肉・鶏肉・キャベツ・なす・かぼちゃ・ウインナー・焼きおにぎり…、そしてメは焼きそばを頬張りました。中には、早く食べちゃう班もあれば、肉の争奪戦の班もあり…、賑やかで祭りの時間でした。

僕的には大満足！また機会があれば企画したいです。



ソフトバレーボール大会報告

10月15日(火)、稲沢市で行われた愛知県精神障害者スポーツ(ソフトバレーボール)大会に参加しました。

我が共和病院 約60年の歴史の中で数々のスポーツ大会で賞状をもらってききましたが、ソフトバレーボールの県大会では一度も賞状をもらっていません。今回6チームしか出場しないということでチャンスと思って満を期して大会に挑みました。予選は3チームごとのリーグ戦。私たちのリーグには去年の優勝チームの京ヶ峰岡田病院が組み込まれていました。試合はその実力の差を存分に感じ敢え無く敗退…。悔しくて「自分の責任で負けた」と悲観する人もいましたが、チームワークと団結力で次こそ勝利を目指そうと話し合い、そして気分転換に差し入れのバナナを食べて気力を養って、次は古豪の和合病院と対戦しました。見事に勝利！私たちは1勝1敗で決勝戦には進めなかったのですが、予選リーグ2位ということで、3位決定戦に進出しました。3試合目だったのでヘトヘトでしたが対戦相手も同じ条件。勝利ならば共和病院 約60年の歴史で初めて



県大会3位入賞だと満身創痍で挑んだ結果、見事に敗退…。結果として全体で4位。入賞すればトロフィーがもらえたので…やっぱり悔しいです。

疲労困憊になったため閉会式は遠慮して先に帰路。途中のコンビニで買ったアイスクリームを食べながらバスの中で慰労会を行いました。来年の大会こそは入賞を目指して、賞状とトロフィーをもらいつつ、そしてもっと豪華な打ち上げをしたいと思います！

バラエティランチ

フリージアでは3か月に一度“バラエティランチ”を開催しています。これは、利用者さんのリクエストなども踏まえて色々な料理を出してもらおう企画です。

今回（9月）のメニューはリクエストの“ちらし寿司”をはじめ、“デミグラスハンバーグ”や“唐揚げ”、“きのこの麻婆豆腐”、“デザート”等が出ました！その中でも“2色ゼリー”は美味しかったです。

僕は甘党なのでもうちょっと砂糖の甘味があると嬉しかったかなあ…（汗）。



**次回は12月12日(木)
に開催予定です！
多くの方の参加を待って
います！
お楽しみに！！**

NEW FACE 紹介④ 朝倉さん復活

涙のお別れ会から二年半。2019年3月についてデイケア責任者として朝倉さんが復活しました（作業療法課から異動）。体つきも一回りも二回りも大きくなり、立場も係長から課長になって戻ってきました。その朝倉さんにインタビューしたので紹介します。

年齢は42歳でデイケアスタッフの中で一番年下です。性格は自称「明るく楽観的」だそうです。利用者からは「優しいけどちょっと厳しい」というのがみんなの感想です。趣味は「スポーツ観戦」と「家で飼育している金魚を眺めること」だそうです。金魚を眺めるなんて意外な趣味に感じましたがお祭りの金魚すくいでお子さんがとってきた金魚を朝倉さんが世話しているのだそうです。これが一応朝倉さんの癒しになっているそうです。座右の銘は「やってみよう」です。デイケアのプログラムも朝倉さんが戻ってきてから色々変わったり新しく始めたものもあってありがたいです。職業は「作業療法士」で、もともとスポーツ関係のリハビリがしくて目指したそうですが今はメンタルヘルス全般のリハビリに興味があるそうです。デイケアでもソフトボールやゲートボールのスポーツにおいて名監督です。



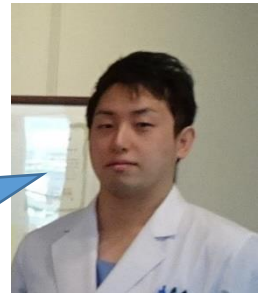
インタビュアーのEさんとしては「朝倉さんは笑顔で迎えてくれて頼もしくてお兄ちゃんみたい」だそうです。Eさんの方が年上なのに…。朝倉さん、これからもよろしくお願い致します！

デイケアセンターフリージア職員紹介

2019年11月現在



榎本
デイケア担当医



國井
デイケア担当医



伏原
看護師

河村
看護師

木村
栄養士

朝倉
作業療法士

児島
看護師

尾畑
看護師

水谷
精神保健福祉士

編集後記

- 朝倉さん復活の記事が勝手に編集されていないことを願っています (B・H)
- 一生懸命タイピングしました (Y・K)
- 文章は一生懸命考えました。パソコンを打つのは助けてもらいました (M・M)
- 学生さんとおしゃべりしながら取り組めたのが嬉しかったです (E・N)
- 僕もみんなと一緒にやれて嬉しいです (H・T)
- 少ない編集委員ですがみんなでワイワイ取り組めて楽しいです (A・T)

〒474-0071 大府市梶田町2-123

E-mail: dc@kyowa.or.jp

共和病院デイケアセンター フリージア かわら版グループ