

# デイケア通信



このデイケア通信は誰が創ったと思われますか？なんとメンバーです。メンバーが少しでもパソコンにふれようと希望者を募って、かわら版グループが発足し、デイケアのプログラムの中でパソコンを教えてもらいながら、いよいよ第一号が発行されることになりました。最初はローマ字変換の表を見ながらやっているほどでしたが、半年ぐらいかけて院内や、皆様にも配布するところにまでに至りました。はじめての発行なので、みなさんどうぞご覧ください。そして、第二号に乞うご期待。

## デイケア報告

今回はプログラムについて報告します。

共和病院のデイケアセンターでは、このようなプログラムで1週間を過ごしています。

スポーツではビーチバレーボールやハンドベースボールを病院内の体育館で行ったり、大府市のグラウンドを借りてソフトボールなどを行っております。デイケア室内では書道、茶道、絵画などをして和んでいます。

四月から始まったグループとしては、料理グループのメンバーは団結しながら自宅での自炊を目指して一所懸命料理を学んでいました。ヘルシーダイエットでは体重測定や腹囲測定をしたり、バランスの良い食事や自分にあった続けられる運動を学んでいます。振り返りと正しいダイエットへの意識づけのため、毎週その日の内容と感想を書いています。

禁煙グループでは禁煙を目指して喫煙の怖さや有効な禁煙方法を学びましたが、さほど効果はありませんでした。これからまた禁煙グループが始まりますので、禁煙を成功させたいと思います。

かわら版ではデイケアの活動などをみなさんに知ってもらうため、グループごとに担当を決め、デイケア通信の作成を行っています。

初めてのデイケア通信作成は予定より遅くなりすぎて大変でしたが、悪戦苦闘の末何とか形だけは出来ました。

## 皆が知りたい自立支援法

皆様のお役に立つ自立支援法の申請方法をご紹介します

### 申請の手続きに必要なもの

- 1 自立支援医療（精神通院）支給認定申請書
  - 2 自立支援医療（精神通院）診断書
  - 3 健康保険被保険者証の写し
  - 4 人によってはその他の意見書
- ・以上の4点を市町村の窓口へ提出して下さい。

### 更新の手続きに必要なもの

1. 受給者証
  2. 健康保険被保険者証
  3. 診断書
  4. 印鑑
- ・以上の4点を毎年1回、市町村の窓口へ提出して下さい。

障害者手帳と同時に更新するときには手帳用の診断書だけで手続きできます。更新は期限3カ月前からできます。新しい受給者証が発行されるまでに2カ月近くかかることがありますので手続きは早めをお願いします。

※このほか不明な点がありましたらソーシャルワーカーや市役所に聞いて下さい。

デイケア週間予定表

	午前	午後
月曜日	センター内活動	軽スポーツ (イエローカード)
	話し合い	自主活動
火曜日	音楽会	多目的ホール
	茶道	
	禁煙グループ	
水曜日	全体ミーティング	屋外活動又は外出
		センター内活動
木曜日	絵画	ヘルシーダイエット
	料理グループ	
	かわら版グループ	
金曜日	創作活動	歯科
	音楽グループ	多目的ホール 書道

# お花見報告

平成19年3月27日（木）鶴舞公園に44名（メンバー37名、スタッフ7名）で行きました。

当日は曇り時々晴れの天気で、朝方は寒かったけれど、日中は気温が上がり上着を着ては暑いほどでした。お花見参加者はJR利用者と市バス利用者の二手に別れて鶴舞公園まで移動しました。桜の花は三分咲きといったところ。公園内はお花見のお客さんが多く桜林内は至る所に場所取りのブルーシートがあり、お花見に良い場所はほとんど先にとられてしまっていました。



2箇所ある桜林のうちの奥の桜林内にとりあえずの休憩場所をブルーシートで確保し、全員で休憩場所の確認をした後グループ行動をしました。園内散策では、桜はもちろんのこと、チューリップを眺めたり、お団子を食べたり、ジュースを飲んだりしました。お弁当もとてもおいしかったです。その後、奏楽堂に集合しハンカチ落とし、アブラハムダンス、フォークダンス、カラオケ、ビーチバレーボール、などのレクリエーションをしました。

みんなで踊るダンスは楽しく、恥ずかしさもほとんどなかったです。今回は、グループ行動や全体でのレクが中心だったので、個人で楽しめる場面も少しあると良かったかな？来年も楽しい花見でありますように。

## 七夕伝説

天帝の娘、織姫と牛飼いの彦星は、夫婦仲がよすぎて仕事も手につかなくなったために天帝の怒りを買って天の川を隔て東と西に引き裂かれてしまいました。しかし二人がとても悲しんだために、一年に一度だけ七夕の日に会うことが許されたというのが中国で後漢時代に生まれた星伝説です。

この星伝説には、天文学的な裏付けもあります。旧暦七月七日の夜は天の川が南北に走り、ちょうど真南の線上に月がかかります。そして、この月に照らされた夜空が、天の川と同じ明るさになるため、一年に一度だけ夕方から深夜にかけて天の川が見えなくなってしまいます。

これによって、天の川に隔てられていた、彦星と織姫が、めでたく会えるということになるわけです。

七夕は、古代中国から伝わった彦星と織姫の星伝説「七夕」と、短冊に歌や文字を書いて裁縫や書道の上達を願う風習が日本古来の神を迎えるために神衣を織る乙女の伝説と結びつき、宮中で行われたのが始まりといわれています。七夕は七月七日の夜に天の川を渡って年に一度だけ会うことを許された彦星と織姫の星伝説から生まれた行事です。

七夕は、お盆との関連も深く、先祖の霊を迎えるための行事という意味もあります。

七夕の日に、子供や牛、馬に水浴びをさせる「ねむた流し」や七夕の翌日に、「七夕送り」といって、祭りに使った笹竹や供え物を、川や海に流したりする風習は、いずれも、お盆の前に身を清めておくという習わしです。

### 編集後記

デイケア通信「虹」の名前はバラエティーにとんでいる記事を載せたいという思いから皆で決めました。

初めてで結構苦労しました。(M.) 僕はいまだによくわかりません。(S.I.)

初めてだったけどMさんたちに教えてもらって助かりました。(T.I.) 完成して嬉しかったです。(R.H.)  
皆で協力してようやく完成にこぎつけました。(T.I.)

右も左もわからないまま、何とか完成にこぎつけました。(M.O.)