

秋津鴻池病院 精神科デイケア

新聞

平成 28年 6月号

た

こ

焼

き

5月31日(火)、火・土のデイケアではたこ焼きパーティーを開催しました。今回は中身も一工夫し、変わった味も楽しめるようにしました。グループに分かれメンバー・スタッフとも仲良く和気あいあいと作りました。みなさん、慣れた手つきで上手に竹串でくるくると丸めていき美味しそうに焼きあがりました。熱々のたこ焼きを美味しそうに食べるメンバーの顔は皆さん満足そうでした。



《皆さんからの感想》

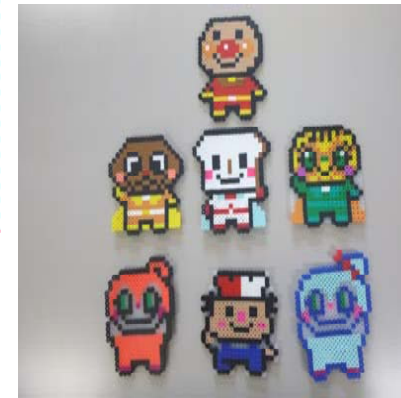
- ・ みんなでたこ焼きを作って楽しく、絶妙な味で美味しかったです。
- ・ 「明石焼き」としておだしで食べる用も作りました。普通のたこ焼きも美味しかったけど、おだしで食べるのも美味しかったです。
- ・ 中身がたこだけでなく魚肉ソーセージもあり美味しかったです。
- ・ 皆さんと協力し合っって心を込めて作った、たこ焼きはとても良い思い出になり嬉しかったです。



美味しそう！！

アイロンビーズ

デイケアでは新しいプログラムとしてパーラービーズを取り入れました。ビーズを作りたい図案の上に並べていくのですが、一つ一つのビーズが小さいうえに、色合いが似ているものがあり思い通りのビーズを探し出すのが一苦労です。プレートを使い図案通りに並べるのもピンセットが必要なほどです。並べ終わると、アイロンを当てて熱を加えてビーズをくっつけて完成です。アイロンでくっつけるのでデイケアではアイロンビーズと呼んでいます。苦労が大きかった分、出来上がりは見事なものです。平面だけでなく、パーツを組み合わせると立体的にすることも出来るようです。アイデア次第で色んな作品が作れます。皆さん悪戦苦闘しながらも楽しんで取り組まれています。



農園便り



デイケア農園では夏野菜がすくすくと大きくなり、早く収穫してといわんばかりに食べごろの実をつけています。しかし、この季節は野菜だけでなく雑草も育ち盛りです。これからは収穫作業に加え草引きなど畑の手入れにも大忙しになりそうです。

少しずつきゅうりやピーマン、じゃがいもなど収穫が出来るようになって来ました。

農園で収穫した作物は、デイケアでお菓子作り・料理教室などのプログラムで使用したり、きゅうりは即席漬けにして昼食と一緒に皆さんで美味しく頂いています。

今年はどれだけ収穫できるのか楽しみです。また、どんなメニューにしようか皆さんで知恵を出し合うのもいいものですね。

陶芸作り

①素焼き



完成作品です

②本焼き



デイケアでは、定期的に陶芸の時間があります。
お皿や花瓶などみんなそれぞれ自分で考えたものを作りました。

①素焼き行程

粘土をこねて空気を抜き、そのあと形を作っていきます。
作品ができたら3日間乾燥させ、素焼きをします。

②本焼き

十分乾燥させたら、釉薬をかけて本焼きをします。
本焼きが終わるといよいよ作品の完成です。

(感想)

- ・ ハート柄や花柄などの絵を描くのが楽しかったです。
- ・ 粘土をこねる作業がけっこう力がいり大変でした。



健康教室

～ 食中毒に気をつけよう～

夏は、レジャーやイベントなどで、外で調理・飲食する機会が増える季節です。その一方で気温や湿度が高く、食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすい季節でもあります。十分気をつけて食中毒にかからないようにして楽しい季節を過ごしましょう。

★食中毒予防は原因菌を『つけない』『増やさない』『やっつける』が原則です★

つけない

- ・食材にさわる前、さわった後は手をよく洗う
- ・生ものをつかんだ Tongue・箸などは焼きあがった肉やサラダなどをつかむ時に使わない

増やさない

- ・細菌が増殖しないように低温保存（10℃以下）になるように努める

やっつける

- ・細菌・ウイルス・寄生虫は加熱により死滅するため食肉や内臓などは中心部まで十分に加熱し、生野菜などにはくっつけない

☆家庭で作るおにぎりも注意しましょう☆

黄色ブドウ球菌による食中毒は細菌の作り出す毒素によるもので加熱しても無毒化されません。手に傷などがあると繁殖し、食品に付着する可能性が高くなります。切り傷などのある手で食材をさわらないようにします。また、絆創膏を使用している場合も同じです。おにぎりを握るときはラップ・ビニール手袋などを使うことをお奨めします。

精神科デイケアとは・・・

レクリエーション・スポーツ・創作活動などさまざまな個人活動や集団活動を通して、治療や社会生活の訓練・支援などを行う通院リハビリテーションです。

デイケアに通う目的は・・・

一人ひとりの目標に合わせて参加しています。

「退院したてで地域での生活に不安がある」「仲間が欲しい」「日中の居場所が欲しい」「体力をつけたい」「病気や薬について知りたい」「働きたい」

「働きながら時々通所して息抜きしたい」 などなど。

《お問い合わせ》

秋津鴻池病院 精神科デイケア

開所日：月・水・金（祝祭日・年末年始は除く）

火・土（祝祭日・年末年始は除く）

時間：9:15～16:00

住所：〒639-2273

奈良県御所市池ノ内1064

TEL：0745-63-0601