

わたぼうし通信 (2022.8月号)



【オリジナルバック作り・ビーズバック作り】

無地のバックに気に入った絵を布用ペンとクレヨンで描いて世界に1つしかない自分だけのバックを作りました。自分のためにバックを作っているみなさんの表情がとても素敵で、最後まで集中して取り組まれておられました。終わった後も「すごい満足」「こんなバックが欲しかった」と感想が聞かれました。新型コロナでピリピリした時期ですが、少しでも違うことに気が向いてほっこりする時間が持つことができたらいいなと思います。

もう一つ写真にあるバックはビーズバックです。何人かでビーズバッククラブを作り、試行錯誤しながら1か月ほどかけてバックが仕上がりました。気が遠くなる作業でしたが仕上がった後はとても達成感がありました。



【WRAP（元気回復行動プラン）を始めます】

WRAP（元気回復行動プラン）は元気になり、元気であり続け、なりたい自分になるための自分で作る自分のための行動プランです。アメリカの精神的な困難を持つ方たちによって作られたものですが、WRAPは誰にとっても役立つことが報告されています。デイケアスタッフがWRAPファシリテーターの資格を取得し、本年9月より開始していく予定にしています。スタッフも初めてで不慣れなところがあると思いますが、みなさんがなりたい自分になるためのお手伝いできましたと思います。

デイケアの見学は行っておりますので、デイケアにご興味のある方は主治医にご相談下さい。
また、他院通院中の方も当院デイケアを利用することができます。
詳しくお聞きになりたい方は当院デイケア室にお問い合わせ下さい。

