

わたぼうし通信 (2024.3月号)



【絵本セラピー】

スタッフが絵本セラピーとは、絵本の力を借りてありのままの自分で交流できる安心安全な場を作る技術です。2か月に1回絵本セラピストのスタッフが実施しています。今回のテーマは「小さな希望」で、それにまつわる絵本をセラピストが選び、グループワークをしながら互いに交流を行います。同じ絵本でも見方が違ったり、さまざまな意見があるところがおもしろく毎回好評です。セラピストの心地よい読み方でウトウトされてしまう方もおられました。また次回5月が楽しみです。



【セルフコンパッション (ヘアアレンジ)】

毎週金曜日の午後は一週間がんばった自分への癒しの時間として、各週で自分をいたわる時間を設けています。3月はヘアアレンジプログラムを実施してみました。一人ひとりにアレンジを行いました。髪の短い方も髪を巻いたり、編み込みをしたりみなさん素敵な髪形になっておられました。利用者さんも「気分がうつつとしてたけど、外にでかけた気分になった」「もったいなくて髪を洗いたくない」「家族に見せたいな」との意見が聞かれました。ヘアアレンジやメイクなど、普段と違うアプローチで利用者さんと関わることで元気になる姿を見れると本当にうれしいです。次回は自分でできるアレンジをテーマにみんなで練習したいと思っています。



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。

