

わたぼうし通信(2025.11)



【秋の遠足】

自然に触れ、身体を動かし、人と関わることは心の健康を支える大切な要素です。利用者さんが自然と触れ合い、季節の変化を感じることで心身のリフレッシュにつながるよう野外活動として秋の遠足を実施しています。今年の秋の遠足は那谷寺に行きました。ほとんどが初めて行くという方ばかりで、とても新鮮な気持ちでした。まだ紅葉には少し早い時期でしたが景色がとてもきれいで気持ちのよい時間でした。仲間と交流しながら1時間ほど散策をして、そのあとは近くのお店でそばやうどんを食べ、道の駅によって帰りました。「毎日悩みがあるけど、今日は何にも悩まずに過ごせた」と日常とは違う空間で心を落ち着けることができました。



【フラワーアレンジメント】

今年は生花を使ってクリスマスのフラワーアレンジメントを作りました。講師の先生が丁寧に教えてくださり、みなさん素敵な作品に仕上がりました。途中には講師の先生や利用者同士の会話も弾み、リラックスした表情が見られました。「久しぶりに夢中になった」という声も聞かれました。

帰宅後「おうちに飾って華やかで気分が上がった」「家族に褒めてもらえた」と嬉しそうに報告してくれました。なかなか生のお花を飾る機会がないですが、季節を感じられるホッとする体験ができてとてもよかったです。



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。

