

歩°歩°TIMES 12月号

バス旅行・・・京都水族館

デイケアのメンバーとゆく、**年に1度のバス旅行**。普段は行けない、県外へ行ってきました！今回の行き先は「**京都水族館**」です。海とは離れた京都の街中にある水族館で、海辺にある大阪の海遊館や、和歌山のアドベンチャーワールドといった大きな施設はまた違った良さがありました。円柱型の水槽をアザラシが泳いでいたり、大水槽では大きなエイやウミガメが泳いでいたり。海洋生物だけでなく、**天然記念物「オオサンショウウオ**」の大きな水槽や、京都の里山を再現した庭、京都に生息している希少生物を集めた展示など「京都ならではの」にこだわった展示も見ることができました。

屋外プールでの**イルカショー**は、イルカたちのかわいらしいしぐさや、息の合ったジャンプも見ごたえがありましたが、普段はあまり聞くことの出来ない**イルカの声**を聞くことができました。お客さんとコミュニケーションをとりながらの楽しいショーでした。

ペンギンの歩みもおもしろかった。イルカのショーは、人とイルカが一体になって迫力があつた。その他、オオサンショウウオやアザラシなど、色々な動物が展示されていた。全体としては行った甲斐はあつたと思う。（夏男）

スポーツの秋…ボウリング「デイケア杯」



デイケアでは、個人でスコアを競う「個人ボウリング」と、チームでスコアを競う「グループボウリング」の月2回ボウリングがあります。その成果を試す時が「**デイケア杯**」。大会ということで、いつもとは一味違った雰囲気を楽しんでいます。今回は、初優勝のメンバーにお話を伺いました。

歴史あるボウリング大会で初優勝しました。まさか155点のスコアで優勝できるとは思いもありませんでした。今まで目標にしてきて、名前を残せて嬉しいです。みんなも頑張ってもらいたいです。（勝負師）

月に一度の腕試し！麻雀大会

麻雀（マージャン）をご存じですか？デイケアでは「麻雀クラブ」が設立されるほどの人気のあるゲームです。点数を数えたり、杯を積んだりといった作業が指先の訓練にもなり、メンバー同士のコミュニケーションツールとしても一役買っています。ボウリングと同じように、日頃の成果を競う月に一度の「麻雀大会」があります。さすがに「大会」とあっては、いつもの和気あいあいとした雰囲気とは少し違い、麻雀の出来るメンバーが一堂に会し、自分の運と腕を頼りに勝負に挑みます。



☆11月の調理実習☆

私の自慢☆



今月は、和風メニューの二品です。そろそろ温かいうどんがおいしい季節。ちょっと贅沢な**すき焼き風うどん**、小鉢には**麩のからし和え**です。**お好み焼き**は、山芋のすりおろしを入れるひと手間ですふんわりと仕上がりました。焼き具合が難しいですが、それもまたお好み焼きの楽しい所です。

「すき焼き風うどん」うどんの出汁にすき焼き味の具と卵を乗せてできあがり! 「麩のからし和え」これは福井の伝統料理で、法事等でよく出されるメニューだそうです。大量の野菜を切るのが大変でしたが、協力して両方も美味しくできて満足!! (M・T)

☆編集後記☆

今年も追い込みです! やり残したことはありませんか??

毎日仕事で、なかなかデイには参加できませんが、一人で発散できること・・・それはカラオケ!! 一人で6~7h歌うことも! 全国採点オンラインで、1位をキープしている曲もあり、私の癒しの時間であり、唯一の楽しみです。

(MIKU♪)

僕は喫茶ポポで職リハを始めて半年になります。デイケア内のメンバーさんや患者さん、病棟の方々ともいろいろとお話をしながら、親しくさせていただいています。

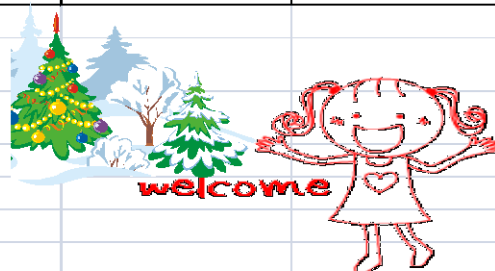
このような出会いや、職リハの仕事等が僕の生活の礎になっています。

(TAKEBOO)



12月のプログラム

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
お休み	心理A/調理B	クラブ活動	フリー活動	生活セミナー	図書館/フリー
	ミニボウリング	ちよこせドライブ	ボウリング	グラントスポーツ	カラオケ
8	9	10	11	12	13
お休み	心理B/調理A	創作活動	ミニゲーム	おしゃべりタイム	デイケア会議
	ペタンク	ストラックアウト	ウォーキング	体育館スポーツ	卓球
15	16	17	18	19	20
お休み	心理A/調理B	書道	麻雀大会	生活セミナー	デイケア会議
	ポールカーリング	創作活動	フリー/ちよこせドライブ	ボウリング	音楽
22	23	24	25	26	27
心理B/調理A	お休み (天皇誕生日)	クラブ活動	ビーチボールテニス	ストレッチ/ミニゲーム	大掃除
クリスマス会		ゲートボール	DVD鑑賞	卓球	忘年会
29	30				
お休み~1/4					



☆見学・体験のお問い合わせは・・・☆

公益 財団法人 青樹会 滋賀八幡病院
〒523-8503 滋賀県近江八幡市鷹飼町744

精神科デイ/ショートケア 歩 歩 (ポポ)

TEL 0748-33-9169

FAX 0748-31-0109