

令和7年度

星ヶ丘病院

# デイケアだより

1月

## イベント

12月は毎年恒例クリスマスイベントを開催！グループごとに相談しながらクリスマスケーキのデコレーションを行い、カラフルで豪華なクリスマスケーキが完成しました🍰

「美味しかった。」「楽しかった。」「また来年もお願いします！」などの感想がありました😊



## ハローワーク講話

ハローワーク郡山専門援助部門 精神・発達障害者雇用サポーターの方をお招きし「病気や障害がある人の仕事探しとその準備」という内容で講座を開催しました。

会社の立場からの話や、病気を抱えながら就労するうえで大切な事などの話があり、受講者のみなさんは熱心に聴講していました。



## 調理クラブ

今回は「他人丼」と「グラタン」を作りました！他人丼は、手軽で美味しく冷えた体を温め、グラタンはレンジで作る簡単グラタンでクリスマスにぴったり☆

参加者からは「簡単で美味しかった。」などの感想が聞かれました！



## ファーム☆キッチン

今回は、収穫した白菜を使って雑炊を作りました😊

11月に収穫した白菜を、新鮮なうちにカットして冷凍。その白菜と冷蔵庫によく入っている玉子やしめじ、冷凍ご飯を使って調理🍄〇市販の鍋の素で味付けしたので味付けに困ることなく美味しく仕上がりました！

「白菜のシャキシャキ感が残っていますね。」という感想がありました。



## ライフスキル講座

今月は公認心理師から「ほっと息のつき方」の講座でした。

一呼吸つきながらお茶をすすってゆっくり飲んだり、クッキーも味わって食べたりと、「ほっと息のつき方」を実践しながらの講座でした🍵🍪

飲食している間は、ほっと息をつくことが出来たと大変好評でした。



## 茶話会

SSTのスピノフ企画として話を聞くこと・話すことを大切にする茶話会を開催🍵

お題が書かれたカードを一人ずつ引いて、ゆっくりお話をしました🌟それぞれ好きな飲み物を飲みながら、ふだんは見えないお互いの意外な一面を知り、年末にほっこりする時間となりました。

## 1月の予定

7日(水) 1日 映画鑑賞会

13日(火) 午後 健康教室

16日(金) 午前 調理クラブ

20日(火) 午前 イベント

26日(月) 午後 調理クラブ

28日(水) 午後 臨時健康教室

お問い合わせ先：Tel 024-952-6411(代)