

新しい年がスタートしました。お久しぶりのデイホスだよりです。デイホスでは、昨年度より職員の顔ぶれ新たにスタートしています。今年もデイホスをよろしくお願いいたします。

デイホス写真館・2024

【ワークショップ】フラバンレジン



写籠:集中してこころもスッキリ!

【ワークショップ】コースターづくり



フレッシュ・ファームの思い出...

【OT学生さんの創作活動】



Giftsコンサートが2月に開催されました。心温まる歌声でした。

【クイズ】この野菜は何でしょう?
※答えはこのページのどこかに...



油山病院とのボッチャ交流戦

昨年より、これまで2回ほど交流試合をしました。初戦は太宰府病院が優勝、2試合目は油山病院が優勝。共に最後まで結果がわからない、ハラハラドキドキ! 楽しい試合でした。次回、再び優勝を勝ち取りましょう★



みんなでデザインしました★

初回優勝カップと賞状



記念撮影!

スタッフ紹介①



昨年9月よりデイホスに来ました、看護師の平田です。趣味は数年前から始めたギターです。つい時間を忘れて弾いてしまいます。また図書館へ行くことも好きで、行くと時間があっという間に経ちますね。

これから皆さんと一緒に楽しくやっていきたいと思います。デイホスは病棟とは勝手が違って、皆さんに教えてもらうことが多いと思いますので、どうかよろしくお願いいたします。

プログラム紹介

【チーム・ユース】

毎週火曜・午前に行っているプログラム【チーム・ユース】のご紹介です。10代~20代の方を対象とした若者グループです。

一人ひとりが自分のペースでゆるやかに参加できる場づくりを心掛けています。

基本はフリートークですが、コミュニケーションの練習(SST)や、アングーマネジメント、アサーションについて学んだり、レクリエーションをしたり、参加する人の希望を聞きながらすすめていくので、無理なくご参加いただけます。

見学だけでもOK! お待ちしています。



セルフケア・コーナー

【呼吸を大切に】



今回ご紹介するのは呼吸瞑想です。デイホスでも、午後の活動開始前に10分ほど呼吸瞑想の時間を設けています。

呼吸瞑想では、自分の呼吸を観察しながら、心身の状態に目をむけて、気づくことを大切にしています。日常は刺激に溢れています。「心、そこにあらず」な状態になっていませんか? 今の自分の状態に気づき、整えることから始めてみましょう!

あとがきコラム【思い出の味】

新年度、新たなスタートとなった方もおられるかと思います。新しい職場、新しい先生、初めて出会う人。一見、生活自体に変化はないようでも、些細な変化があるかもしれません。さて、今回のテーマは思い出の味です。皆さんは、その香りや味に触れると、一気に「あの頃」に記憶が戻るという思い出の味はありますか? ちなみに、私にとってその一つはだし巻き卵です。ほんのり甘味とだしの旨味が口に広がる味。遠足の弁当にいつも入っている定番で、安心できる味でした。変化の多い時こそ、ほっと安心できる懐かしい味を口にして、穏やかな気持ちになりたいですね。ちなみに、あるデイホス職員の思い出の味はナポリタンだそうですよ(お子様ランチ?) / 高橋

答え: スキーニ