

真っ青な青空で新年明けました。～エアポート2018 レッツゴー！～ 春も近いよ♪



## ☆デイケアとは☆

生活リズムの安定や対人関係能力の改善、居場所づくり、社会復帰の準備などの社会生活機能の回復を目的として、利用者様に応じたプログラムを行っています。通所される目標によって利用目的はさまざまなので、それぞれの利用者様に応じてサポートを行っています。

## ☆通所されているメンバーさんの声☆ ペンネーム:オムライス

\*私にとってデイケアあんどは、心の拠り所だと思います。

\*私には、生活其の物です。朝食、昼食、夕食付きの毎日、月曜日、～金曜日迄それぞれ違うプログラムが有ります。それに参加するかは、自由です。自分の体調を考えて下さい。

\*私は朝6時頃に起きて仕度をして牛乳一杯レンジで温めて飲んで忘れ物が無いか確認して自転車に、

乗ってデイケアあんど迄通う1日です。

\*私も65歳を過ぎました。しかしながら、デイケアに来て自分自身が老ける事が少なく成れば良いと思っています。

# ～初詣♪出雲大社分祠～



1/4 (木) に

堺市にある出雲大社分祠

に初詣に行ってきました



色々な神様がいたよ☆建物

も思っていたよりも大きか

った！天気も良かつたよ！



わたしは参加できなかつたので、河内松原にある柴籬神社にいってきたよ。「柴籬」読めるかな？

僕は、布忍神社行きました。恋みくじが有名な所だよ★



# ～プログラムのご紹介～

美原病院デイケアは月曜日から金曜日までの週5日開所しています。毎日さまざまなプログラムを実施しています。そのなかの一部をご紹介します。

## 癒す 体操タイム プチトマト

ヨガみたいに身体をねじってする体操があるのですが、最初はわき腹がつったのですが、とても気持ちいいです。

## 動く ダーツ ペコ



力強いヨーロッパのアルキメデスのような印象をもっています。

## 楽しむ ○×クイズ ムーミン

このプログラムのルールは、とても簡単です。スタッフが出題を、○か×か当てるだけです。ただし、問題は簡単ではありませんよ。さあ、皆さんわかるかな・・・。みんなで、頑張りましょう。

## 作る 創作：コラージュ なすび



初めて作ったのですが簡単に貼れたことがよかったです。機会があればもう一度みんなで作りたいです。

## 学ぶ 精神科医のお話

お正月にちなみ「おもちの喉詰めを防ぐ」勉強をしました。喉詰めは、1月が件数が多いんだって。よく噛んで、必要なときに飲み物も飲むことが大切だよ★



## 味わう 初詣 ピラフ



毎年デイケアから初詣に行きます。今まで廣國神社でしたが今年は出雲大社に行きました。今年は実家からも旦那さんとも初詣に行かなかったのでデイケアから年1回でも行けてラッキー！！

## 考える デイケア新聞 ひしゃ



デイケアの中の有志で集まってデイケアのプログラムや個人の興味のある内容を記事にして1年に4回発行しています。興味のある方はぜひ参加してください。

## 観る DVD 「ハクゾーリッジ」 オムライス

主人公デズモンドは、お国の為と第二次世界大戦の兵士に志願します。それも普通の兵隊ではなく傷ついた兵士を助ける衛生兵となる。

\*2017年の第89回アカデミー賞において録音賞と編集賞を受賞

# ～デイちゃん4コマ漫画～

実際に2月2日（金）にデイケアで行われた「節分プログラム」をデイちゃん流で再現!!

登場キャラクターはあんど新聞オリジナルキャラクターです（＾＾）



# ～DC新聞＊おすすめ記事～

～DC新聞＊おすすめ記事～では、ディケア新聞に参加されている記者（メンバーさん）が、内容から記事の作成まで行っています。「何の記事を書こう」「どんな記事が読者にとって楽しいかな」と読む側の立場となり試行錯誤をしながら一人ひとり記事を決めています。また、パソコンの入力の練習（誤字脱字ご了承ください）や電子辞書・書籍での検索、他のメンバーさんやスタッフの聞き取り調査などを通して、メンバーさん自身のスキルアップにも繋げています。今回は下記の内容を記事にしました。





プチトマト



なすび

プチトマト

描写

・塗り絵

なすび

塗り絵



我等のインスタント希望カー。

ペコ

安全

介護車は僕達の未来の車！

写真はモデルカーです。老後はキュウトなボディーでドライブオン？

車の歴史はステキ。数十年前は車の強化パーツ自分で組み立て、趣味になっていました。感覚は鈴鹿サークットでした。ボデ - 色は赤!速かった。

これからは助所席でスマイル？デイケアーでもお世話に生れるかな?ホープは大です。ダイハツ車万歳 [何ぼ?]。

車も大事にします。                         失礼

# 節分の日についてお話しします。 オムライス

今年の節分の日は平成30年2月3日です。日本人に取っては大事な日です、季節の分かれ目だからです。

東大寺の2月堂のお水取りも過ぎいよいよ春がやってくる頃なのです。あなたは、節分に豆まきをする理由や（鬼は外、福は内）の意味についてご存知ですか？今回は節分の豆まきの意味や理由について正しい豆まきのやり方など節分の豆まきの基本についてご紹介します。節分に豆まきをする由来「節分」とは、本来季節を分けるつまり季節の変わり目の事を意味します。季節が移り変わる節目を指し「立春、立夏、立秋、立冬」とそれぞれの節目を指すもので1年に4回あったそうです。なかでも厳しい冬の季節を乗り越えた後の「立春」は、1年の始まりとして特に尊ばれ旧暦で年があらたまる重要な日に当たっていた為一概に「節分」と言えば「立春」の前日のみを指す様になっていました。節分に豆まきをする由来昔は節分の分れ目には邪気が入りやすいと考えられ、中でも重要なのが「年の分かれ目でした」古代中国では現在の大晦日にあたる節分には、旧年の厄や災難を祓い清める追那（ついな）、鬼やらい（おにやらい）と言う鬼を追い払う邪氣払いの行事が行はれていました。これが奈良時代に日本に伝わり平安時代に宮中行事として取り入れられました。この宮中行事の「ついな」と邪気を祓うために「春、夏、秋、冬」の節分に行はれていた。方違え（かたかえ）行事の「豆うち」という儀式が合わさったものが豆まきの由来とされています。鬼は外！福は内は！の意味は鬼という言葉は「（隠（おん）」転じたものとされています。本来、鬼は「姿の見えない者」、「この世にならざる者」など得体の知れない者「邪気」のことを意味し災害や病気などの悪いことは全部「鬼の仕業」と考えられていました。豆まきの時の掛け声として有名な「鬼はそと、福は内」ですが東京浅草寺では観音様の前に鬼はいないとゆうことから「千秋万歳、福は内」と言います。他にも「鬼は外」「福は内」と唱えない寺や神社、地域によっては掛け声が違う場所があります。豆まきには「大豆」が使われます。日本では古来より、穀物や果実には「邪氣を祓う靈力」があると考えられていました。大豆も穀物のひとつで穀靈が宿るとされており米について神事に用いられてきました。豆まきに使われる様になった理由は諸説有り、米よりも粒が大きい為、穀靈で悪靈を祓うのに最適であることや京都鞍馬山に鬼が出た時に羅生門天のお告げにより大豆を鬼の目に投げつけて退治したという伝説が始まりとも言われています。

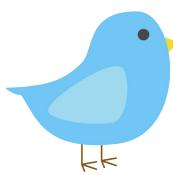
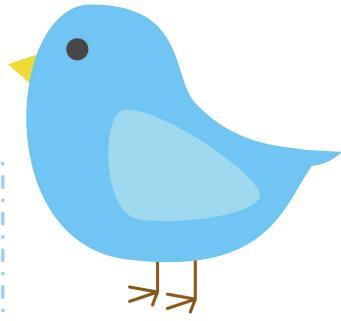
デイケアーの節目として今日節分祭と恵方巻き一本メンバーさんが巻き寿司を巻き上げました。豆まきも軽く行いました大盛況でした。

オムライス



春のお話

# 題名 青い鳥



ムーミン

このお話は、「幸福」を探しに行った兄妹が、本当の「幸福」を見つけたお話です。

ある村の貧しい木こりの家に、2人の兄妹がいました。

ある日、2人の所へ魔女のおばあさんが来て、2人に言いました。

魔女の娘が病気なので、幸福を呼んで来る「青い鳥」を探して来てほしいと。2人は犬や猫それに水の精や光の精など不思議なお供を連れて、夢の国に出かけました。

しかし、幸福の国や思い出の国、未来の国へ行っても青い鳥は見つかりません。

捕まえても、捕まえても鳥は色を変えてしまいます。

ある日の朝、2人が目覚めて見ると木こり小屋の吊り籠に青い鳥はいました。

「幸福」とは、自分が気づかないだけで、すぐ近くにあったのです。

おしまい

# 海声空語 最終回

ひしゃ

仲間とは、仲間というのは僕は学校や職場、デイケアなどいろんな場所で知り合い、仲が良くなりみんなで協力しながらいろんなことをやり遂げることが仲間だと思います。中には意見がまったく違ったり性格がまったく違う人間もありますけどそういういろんな意見が出て一つの方向性が出ていろんなことを学んでひとつのことを作成するのが仲間だと思います。最後にいろんな仲間に助けてもらってこのコラムも今回で最終回になります。お世話になった方、ありがとうございました。

## コラム「あなたならできるよ」 ピラフ

エピローグ

私が心が弱っている時に読んで立ち直りました。これから毎号載せていくので、読んであなたも心癒されてください。

### 「あなたならできるよ」

今、あなたにやってきたチャンスがとても大切なチャンスだということは良く分かります。このチャンスにうまくやれるということを決して疑わないで。

# ～お誕生日の方へインタビュー～

1.2.3月の



- ✿ 好きな食べ物は？ スシ（マグロ）
- ✿ 好きなことは？ 寝ること・すいみん
- ✿ デイケアに来て楽しいことは？ ジュースを飲んだりすることが楽し
- ✿ 好きな色は？ オレンジ（みかんの色だから。みかん好き。）
- ✿ デイケアでは何がしたいですか？ ガーゼのハンカチで刺繡がしたい  
～インタビュア：プチトマト～



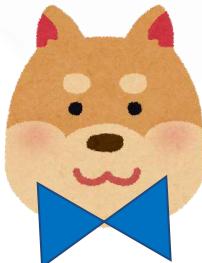
インタビュア：ピラフ

- ✿ 好きな食べ物は何ですか？ カレーライス
- ✿ 好きな歌は何ですか？ 横原敬之の「どんなときも」
- ✿ 好きな色は何色ですか？ 黒色



～インタビュア：ピラフ～

- ✿ 朝はちゃんと起きますか？ 朝7時くらいにいつも起きます。早い時で4時くらい。
- ✿ 面白いことは何ですか？ どこか遊びに行くことです。
- ✿ 今一番つらいことは何ですか？ 無いです。お金が無くなったら寂しいです。赤字になると困る。  
～インタビュア：オムライス～



## ～デイケアのQ & A～

デイケアの疑問について記者がお答えします★



- 困っていることがありますか？  
どうしていますか？ペンネーム：ペコ

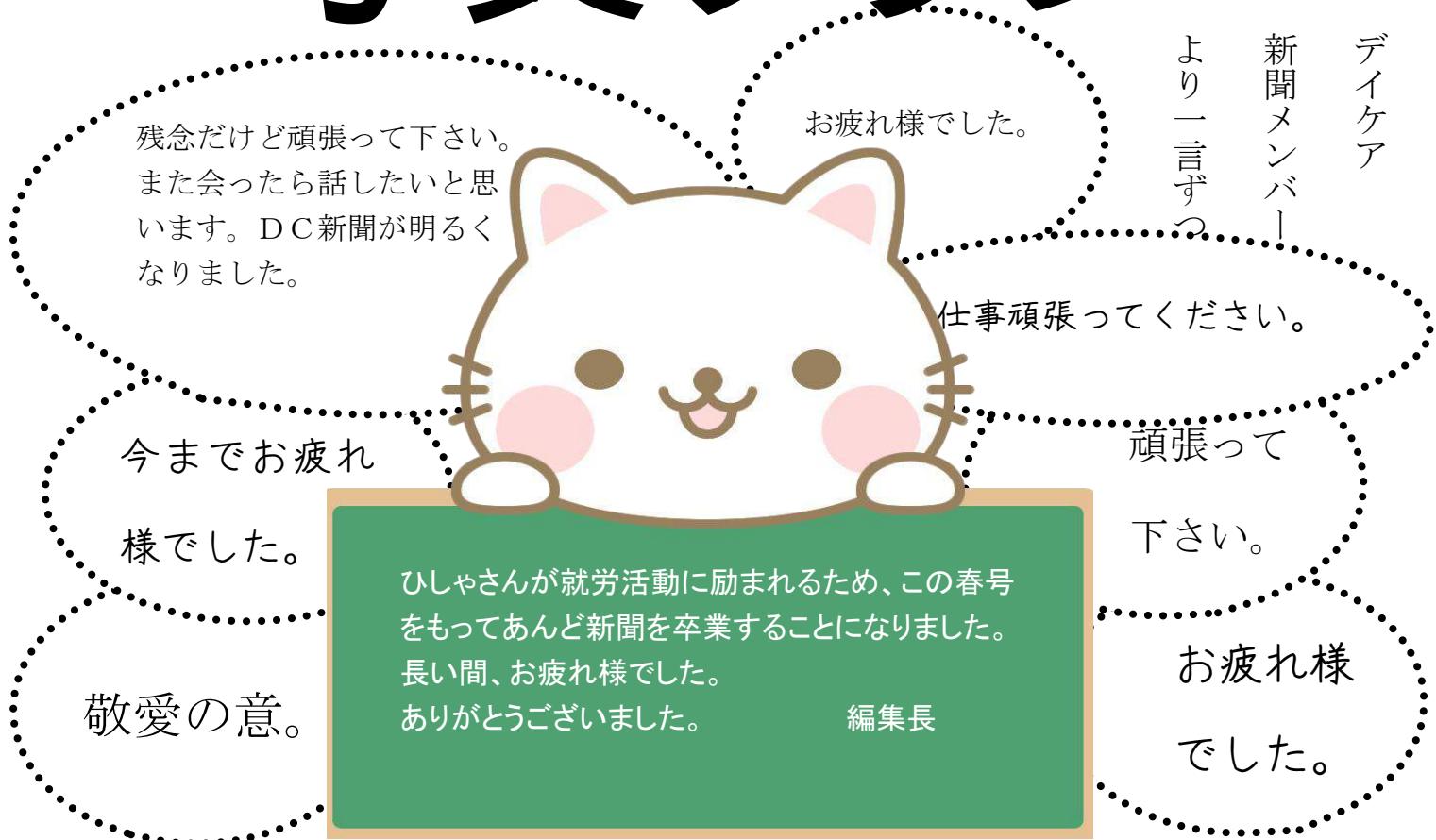
内科系の病気になった時は困りましたね。  
家族やデイケアのスタッフ相談して助けてもら  
いました。デイケアに来て18年になりますか  
らみんな相談に乗ってくれるんです。自分の生  
活信条とデイケアのリズムが一致しています。



- デイケアでの目標は？  
ペンネーム：なすび

インフルエンザにならないようにしていま  
す。予防注射もしていたのでインフルエンザ  
にならなくて良かったです。あと、食事当番  
とか掃除当番をするのが好きです。特に雑巾  
洗いが好きです。みんなで頑張っています。

# ～写真クラブ～



# ～編集後記～



最近しんどいです。しばらくデイケア新聞をお休みすることにします。

デイケアには毎日来ます。 ペンネーム 楠元

昨年はあんど新聞をご覧いただきましてありがとうございました。  
メンバーさんそれぞれが一生懸命作っているなか、院内外問わず、読者の  
皆さまから嬉しいお言葉を多数いただきとても嬉しく思います。

あんど新聞もかれこれ 14 年目…(メンバーさん情報)  
今後もメンバーさんと協力し合いながら1つの新聞を作っていくたいと思  
いますので、本年もどうぞよろしくお願ひします。 編集長

