

2023年7月号

# デイケア通信



7月になり、暑さが厳しくなってきました。もう夏本番といった感じですね。  
デイケアでは、夏のイベント「納涼会」の準備を開始しました。  
納涼会ミーティングを開催し、盆踊りの練習も行う予定です。

## 7月プログラム トピックス

5日(水)pm セタゲーム祭り

6日(木)am 社会資源紹介

7日(金)am pm 就労準備プログラム

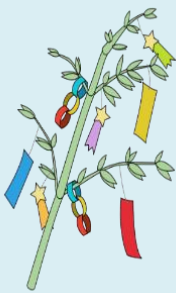
ワーキングトライとの交流「作業体験」

13日(木)pm 20日(木)am メタ認知

14日(金)pm WRAP ファシリテーター：増川ねてるさん

20日(木)pm 内科 Dr.プログラム

27日(木)pm 精神科 Dr.プログラム



## デイケアプログラム紹介「メタ認知プログラム」

6月から開始しました。

少しの情報で考えをきめつけていることって思いの外あるものです。  
「柔軟な考え方」や「物事を楽観的に捉える」などを目標にしています。  
絵や図を見ながら 皆で一緒に考えたり話をしていく中で  
人によっていろんな捉え方があるんだとか 早とちりしていることが  
あるんだなと気付く機会にさせていただければと思っています。



<参加者の声>



頭の体操になりました。



早とちりしていることに  
気づきました。



同じものを見ていても同じように  
考えているとは限らないと気づきました。



難しくて疲れました。



1回ではわからないので定期的に繰り返し行ってほしい。

