

# わたぼうし通信(2025.2)



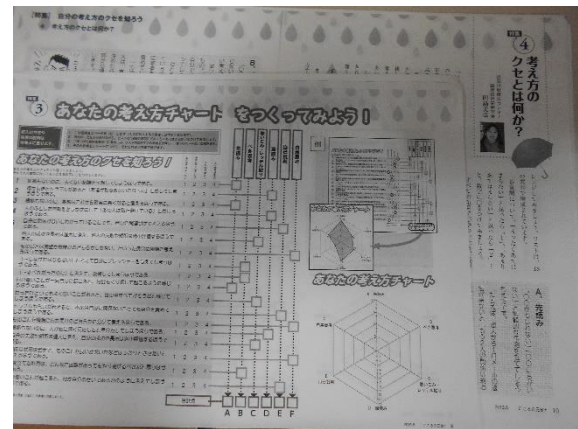
## 【作業療法】

2月の作業療法はつまみ細工を行いました。今回は桜をモチーフにするし雛を作りました。これだけの作品を作るためには20個の花を作る必要があり、そのためには3cm四方の生地100枚つままねばなりません。非常に根気や集中力が必要です。利用者さん同士で声掛けしたり、苦手な箇所は手伝ってもらったりしながら取り組みました。また12月の作業療法で行ったはぎれリースの作り方を利用してつまみ細工を工夫される方もおられました。お雛祭りに向けてみなさん華やかな作品に仕上がりました。「つまみ細工は苦手だけど、今回は仕上げられてうれしい」「レベルが高くて大変だったけどできたら可愛くて母に褒められてうれしかった」などの声か聞かれました。



## 【心理教育】

2月の心理教育は「考え方のクセ」について行いました。それぞれが自分のチャートを作りグラフにしました。「全部自分のことを言ってるみたい」「こんな風によく思うわ～」と言いながら皆さんチェックされていました。考え方のクセを持っていることが問題なのではなく、それが強まって必要以上に自分を追い詰めた時に気づけるのが大切であることを話し合いました。そのためには現実とすりあわせしたり、誰かに相談することも必要であることが分かりました。来月はアンガーマネジメントについて学べたらと考えています。



デイケアの見学は行っておりますので、デイケアにご興味のある方は主治医にご相談下さい。  
また、他院通院中の方も当院デイケアを利用することができます。  
詳しくお聞きになりたい方は当院デイケア室にお問い合わせ下さい。

