

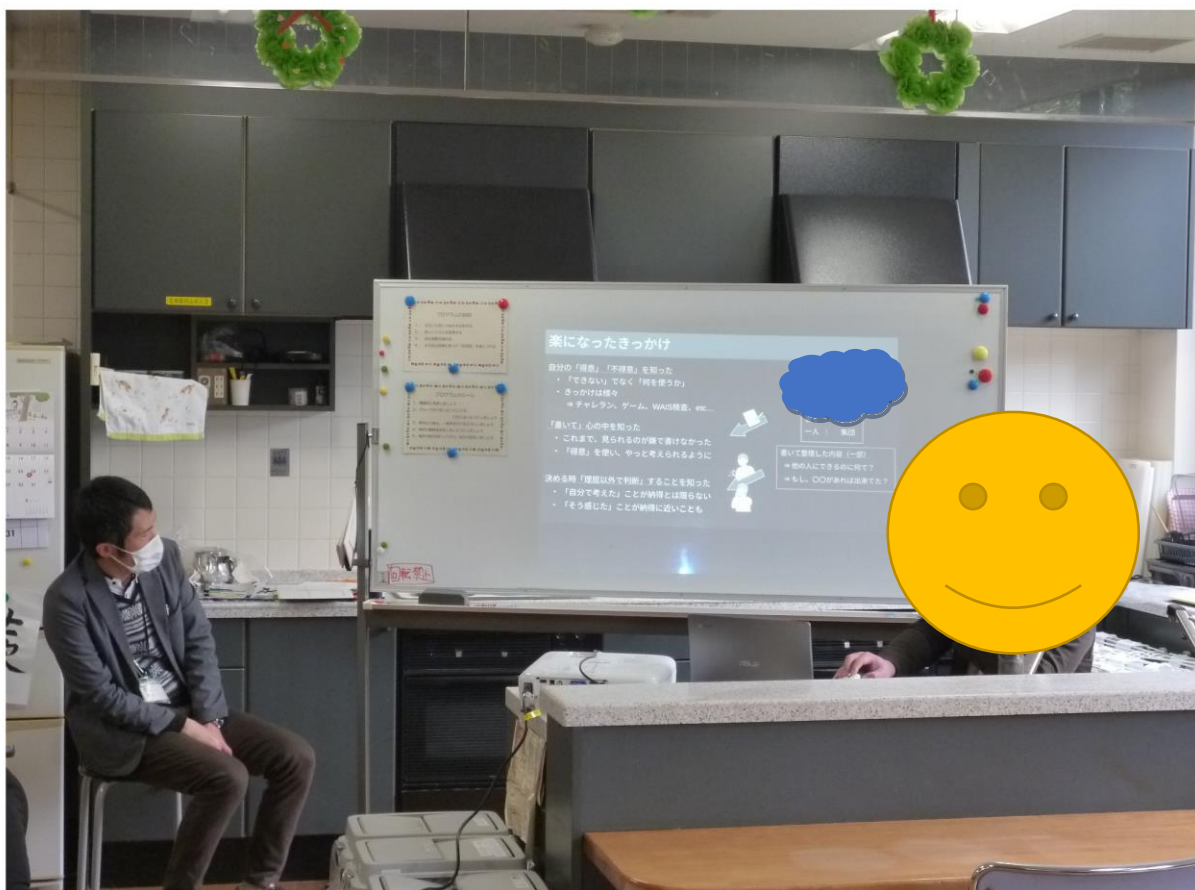
Shiny

滋賀県立精神医療センター地域生活支援部デイケア

〒525-0072 滋賀県草津市笠山8丁目4-25

TEL 077-567-5011 FAX 077-567-5033

◆Jobjab デイケア体験談発表



2023年2～3月に外来作業療法と合同で、就労支援プログラム jobjab を開催しました。プログラムの最終日は現デイケアメンバーに講師として、自分のこれまでの体験をメンバーに発表していただきました。発表の中ではご自身の困りごとやデイケア通所中の変化と気づき、楽になったきっかけなどを共有していただきました。

参加者の方からは「とてもわかりやすく、これからに活かせそうな講演だった」「自分を知ることの大切さに気付いた」「自分との共通点に気づいて、自信につながった」という感想を頂きました。

自分自身の経験を整理してまとめ、メンバーの前で発表するには、大変な労力と勇気が必要だったと思います。ご自身の経験を共有していただき、本当にありがとうございました。

◆ デイケア交流川柳大会

2023 年 3 月 17 日、オンライン上でデイケア交流川柳大会の表彰式が開催されました。今年も新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、毎年 10 月に開催されていた県内のデイケアによる卓球交流会は中止となりました。しかし県内デイケアの交流の輪を途切れさせないために、デイケア川柳大会は今年も実施されました。



県内各デイケアから作品を募集し、投票により金賞、銀賞、銅賞作品が決定しました。「コロナで出来なかったこと」「コロナがあけたらしたい事」「フリー」の3テーマで投票が行われ、当センターデイケアからも見事4作品が入賞しました。
おめでとうございます！

☆入賞作品☆

テーマ：コロナで出来なかったこと

銅賞 ワクチンの 副反応よ もうデルナ (ファイザーさん)

テーマ：コロナがあけたらしたい事

銀賞 大勢で 笑い合いたい 素顔でね (もちもちプリンセスさん)

銅賞 喜びを 共有したい ハイタッチ (Happy さん)

テーマ：フリー

銅賞 うさぎ年 飛躍の1年 決意する (詠み人知らずさん)

★デイケアとは何か。どんなところか★

デイケアとは、精神科に通院されている方が、日中集まって個人または集団で活動を行っている場所です。様々なプログラム活動や人との関わりの中で病状の回復や、就労・就学などの次のステップを目指すことを目的としています。

デイケアは月～金曜日まで平日は開所しており、一人一人が自分の状態や目的に合致するペースで通所しています。現在 40 名強の方が登録しており、男女比はおおよそ 4:6 です。2～30 代の通所者が中心で、比較的若いメンバーが集まっていることが伺えます（4～50 代のメンバーも在籍しています）大津、草津から通所されている方が多いですが、遠方や県外から通所されている方もいらっしゃいます。

デイケアではスタッフやメンバーと共に「手工芸」「音楽療法」「スポーツ」「企画・運営」「就労準備プログラム」「発達障害専門プログラム」などの様々なプログラムに取り組みます。就労や就学に直接結びつかないように見えるかもしれませんが、実はプログラムを通して自己理解を深めることや、生活リズムや自己肯定感など、就労や生活の土台となる部分を作っていくことを目標の一つとしています。

今後もスタッフ一同、皆様のためになるデイケアをつくっていきたいと考えていますので、どうぞご期待ください！

○プログラム表（2023 年 3 月時点）

	月	火	水	木	金
午前	手工芸	書道又は 絵画	---	就労準備 プログラム	企画・運営
午後	音楽療法	リズム体操	発達障害 専門プログラム	スポーツ	企画・運営

★コラム・編集後記★

早いもので、デイケアに配属となり 1 年が過ぎようとしています。私は入職してから医療観察法病棟や措置入院関連の行政業務を経てデイケアに来ているので、これまでとは全く異なる環境に戸惑ったり、固くなったりする場面が多かったように思います。しかし、いつの間にか、デイケアメンバーと冗談を言い合ったり、大きな声で笑ったり、一緒に怒ったりできるようになっていたのです。こんなことがあるのでしょうか？その理由を私なりに考えてみました。

- ① デイケアメンバーがデイケアのことを私に教えてくれた。
- ② デイケアメンバーが一生涯懸命取り組んでいる姿を間近で見られた。
- ③ 私が失敗してもデイケアメンバーが笑って済ませてくれた。
- ④ 疲れているときは見抜かれて、やさしい言葉をかけてくれた。
- ⑤ デイケア室の居心地が良かった。
- ⑥ 同じスタッフが力強く支えてくれた。

どれも本当のことです。そして考え始めたら止まりません。もっとありますが、スペースの関係上・・・。

デイケアの事務室は狭くて男くさい（もちろん女性スタッフもいます）ですが、デイケア室とデイケアメンバーとスタッフは良いところばかりです。次の 1 年は私のように気づけばデイケアにはまっていったという方たちをどんどん増やしていきたいと思っています。

初心者 中井