ご家族様へ　　R4 年 6 月

第 3 デイケア通信

「教えてナース」：デイケアについて考えてみよう

通所している皆さんと一緒にデイケアについて考えました。初めて通う方、長く通っている方、様々おられます。中にはデイケアに来ている目的を見失ってしまう方もいます。デイケア通所について考えることによって、自身の目標や目的、これまでの成長等を実感して頂きたいと思って行いました。

☆皆さんから得られた意見（一部抜粋）です。

○　今のあなたは何のためにデイケアに来ていますか？

「　診察のため　」　　「　生活リズムをつけるため　」　　「　不安を落ち着かせるため　」

「　仕事に戻れるようにするため　」　「　人とのコミュニケーションを身に付けるため　」

○　何と言われて主治医から勧められましたか？

「　社会にでるための訓練をしよう　」　「　社会の一員として実感してほしい　」

「　社会で通用する力を得られる　」

「　コミュニケーション能力と不調への対応方法を身に付けるため　」

○　デイケアでは何を得られますか？（来ていてよかったことはなんですか？）

「　今までは、自分一人で抱え込んでしまったところがあり、協力して何かをこなすことを学ぶことができた。　」

「　一人の社会人として必要な人間性、常識、ルール、マナー　」

「　自分の特性を知ることが出来た　」

☆デイケアはこんなことを目的としています。

1、　再入院、症状悪化を防ぐ
2、　人間関係の方法を学ぶ
3、　社会常識やマナーを学び、獲得していく
4、　仕事をするための準備
5、　基本的な生活習慣 （生活リズム、食生活など） を身につける

☆デイケア通所をすることで、得られる力が見えてくる！！

① 時間通りに来る　② 決まった曜日にくる
③ 他者とあいさつする　④ プログラムに参加する
⑤ 集団で行うことにしたがう　⑥ 他者と会話する
⑦ 自分の居場所を確保する　⑧ 困ったことがあれば相談する
⑨ 他者に迷惑をかけないよう行動する
⑩ 他者との違いに気づく

☆意識しないで行っていることも分解してみるとできていることが見えてきます。
☆家族の方からもできていることを具体的に分かりやすく伝えてみてください。