

～ リワーク&リラクセーションデイケア「クール」のご案内 ～

8月の活動の様子

職場を休職中だけど、
このまま復帰する自信
がない…

就労を目指したいけど
何をしたら良いかな？

コミュニケーションの
練習をしたい

日中活動できる場所を
探したい

生活リズムを整えて
体力をつけたい…



そんな時は…**デイケアクール**を利用してみませんか？

リワーク&リラクセーションデイケア「クール」とは…

- 様々な悩みを抱える方が、様々なプログラム活動や面談等を通して社会復帰を目指し、リハビリを進めています。
- 看護師や公認心理師の資格をもつスタッフが、その方のペースに合わせたサポートを行っています。
- 福住メンタルクリニックと同じフロアにあるため、診察に合わせて利用することができます。

茶話会(フリートーキング)

～かき氷を食べよう～ →

暑い日にピッタリの企画になりました。色とりどりのシロップをかけ、参加者みなでかき氷を堪能しました。削り苺にもチャレンジし、練乳やチョコソースをかけて食べてみましたが、とても美味しく大好評でした。



← クールクッキング

8月10日に調理プログラムを行いました。

メニューはパスタグラタン、ガーリックトースト、サラダです。自宅でも簡単に再現できるように、冷凍のカット野菜やシーフード、市販のホワイトソース等を活用し、包丁とまな板を使用せずに、簡単な工程で調理が行えるように考えました。

調理の工程を省き、冷凍食品や市販品を上手く活用することで食品ロスも防ぎ、経済的かつ食品に直接触れることも少ないため衛生的です。参加された皆さんからも「簡単に作れて美味しい！！」と好評を頂きました。

興味のある方は、パンフレットをご覧ください↓ & 診察時に担当医へご相談ください！ ※他にも様々な活動を行っています！