

～ リワーク&リラクセーションデイケア「クルール」のご案内 ～

1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…**デイケアクルール**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「クルール」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、作業療法士、精神保健福祉士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。

R6.1.4 からクルールも新年スタートです。
月初めには、「先月の目標のふり返しと、今月の目標」を立てます。問題になりそうな点まで書き出し、それに対しての対策まで考えます。
メンバーさんと共有することで、士気も上がり、有意義な一か月をそれぞれ過ごしています。
この日は初日餅の振る舞いがありました。



新年初のクルールクッキングでは、ピザ生地から個人作業で作りました。
それぞれが分量を量り、小麦粉から生地を捏ね、寝かせる本格的なレシピ！！
生地を寝かせている間に、メンバーさんが野菜を切る等、協力してピザを作りました。

材料は、小麦粉 150g、
ベーキングパウダー3g、
塩 1.5g
オリーブオイル大さじ1
水 75ml

を混ぜて、捏ねるだけで生地が完成！！
個人作業ですので、生地の高さやトッピングも違い、色々な味を楽しんでいましたよ。
宅配ピザにも負けないくらいの味で、大好評でした。

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！