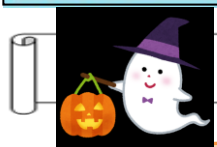




BESTYとは…BEST(最も良い)とBETTER(より良い)の間。最高でなくても良いけど、それに近いものを目指して行きたい…という思いから生まれた言葉です。



涼しい季節になってきました、風邪にお気を付けてください



水族館ツアーイベント(9/15)のインタビューをしました!
デイケアメンバー【W, K】

☆午前は【事前学習プログラム】☆

アクア品川水族館に行く前に、魚の種類や知識について事前学習をしました!

☆午後は【水族ツアー】☆

アクア品川水族館見学!まずは各々に水族館を自由探索してから、皆でイルカショーを観ました!

今回アクアパーク品川水族館に行きましたが、水族館に行くのは久しぶりですか?

他の水族館に行ったことはありますが、ここ数年はごぶさたでした。また、この水族館に来るのは初めてでした。この地を訪れるのにあたり、あふれる期待感でいっぱいでした。

各コーナーに、様々な魚が展示されていましたが、気になった魚はありましたか?

妖艶な色の光りに映えるクラゲ、威風堂々と泳ぐサメやエイ、幻想的な熱帯魚たち…どれも素敵でした。まさに時を忘れて見入ってしまいました。(集合時間には遅れませんでした)

午前の時間に「事前学習プログラム」を行ないましたが、参考になりましたか?

はい、クラゲの生殖腺の数や、カピバラもいるという事を予め知ってから行けたので、興味を持って参加出来ました。また、自分の盛り上げる期待感をさらに弾ませるスパイスになりました。

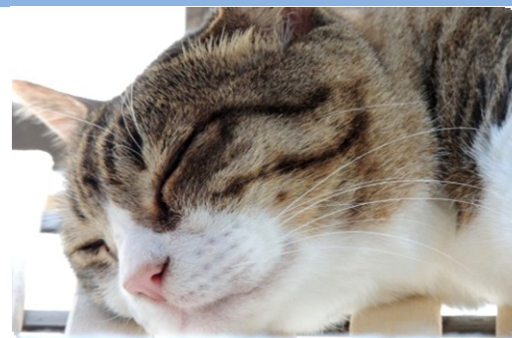
イルカショーで、躍動するイルカたちをみられましたね。いかがでしたでしょうか?

大迫力のジャンプと水しぶき(最前列から四列目までは、“濡れ、前提の席でした)が水と光と音のコラボレーションと相まって、つま先から頭のとっぺんまで感動の嵐に包まれました。

お土産屋さんでは可愛い人形など、魅力的なグッズが数多くおいてありましたが、何か買いましたか? 可愛い海のぬいぐるみやショップ限定の扇子など、激しく心を揺さぶるグッズがたくさんあり、財布をなんども握りましたが、先日、自分へのご褒美グッズを買ってしまった事を思い出し、お金が!!涙をのんで、またの機会に購入しようと固く決意しました。

今回のイベントで一番心にのこったものを教えてください

水槽と飾りアイテムのセンスが素敵で、水槽の中には、いろいろきれいな魚が泳いでいて、本当に幻想的で美しかったです。外に出て、明るい日差しと暑さに包まれた時、改めて水族館の中で見た光景がまるで別世界の様に蘇り、改めて静かな感動の余韻に浸りました。



☆10月のおすすめイベント☆

猫カフェへ行こう!

10月13日(木)

場所:猫カフェ

内容:前月は可愛いワンちゃんたちに癒されましたが、今回はタイトルの通りネコちゃんたちに癒されます!!是非、奮ってご参加ください!!

☆10月のおすすめイベント☆

スポーツ ~秋の屋外スポーツ~

10月18日(土)

場所:根岸森林公園

内容:暑さも落ち着く時期になり、野外活動を復活します!キャッチボールやサッカー、散歩などを予定しています!是非、ご参加ください!!



※10月のプログラム表は、当院HP (<http://www.bmk.or.jp/kannai/>) よりご確認ください。

うつ病の復職支援プログラム(リワークプログラム)

当院のリワークプログラムは、うつ病等で休職している方の復職と再休職防止を目的としたプログラムです。今回は12月スタートの予定です。※(10月の募集は終了しました)

現在12月スタートのプログラム参加者を募集中です

<プログラムのご案内>

対象:うつ病(病名については応相談)

☆原則、火曜・水曜・木曜・土曜の週4日以上通える方

☆他院通院中の方も受け入れ可

☆認知行動療法を中心とした6名前後の小グループ制



<当院のプログラムは…>

☆リラクゼーション:気功法(八段錦)・瞑想

☆心理療法:認知行動療法・ストレスマネジメント・アサーション・コミュニケーションスキル・疾病教育

☆軽運動:ヨガ・散歩・ストレッチ

その他クッキングなどを組み合わせたプログラムです。詳細はクリニックにお問い合わせ下さい。

~お知らせ~

デイケア通信【BESTY】は、隔月の発行となります。

今後もデイケア通信 BESTY をよろしく願います。