

デイケア通信



月曜「書道」プログラム ご紹介

～デイケアの1週間は『書道』から始まります♪

午前中は、デイケアで 午後はリワーク・らくだで

『書道』プログラムは、一般デイケアでは月曜午前中にうつ病の復職支援リワークらくだでは月曜午後に行われています。どちらも中森憲子先生に来ていただき、落ち着いた静かな雰囲気で行われています。メンバーの皆様は、既存の手本から書く字を選んだり、書きたい言葉の手本を先生に頼んで書いてもらったりして、書道に取り組みます。特にその時期の季節や心情にあった言葉を選ばれる方が多いように思います。

書道という言葉を書くというイメージが強いですが、『書道』プログラムでは、墨絵を描く方、詩を書く方や、言葉に絵の具で絵を添える方など本当に様々です。

温かいお人柄の先生にみてもらって、書道を行うことで心を落ち着かせることができるという声も多く、書の楽しさに触れることができるプログラムです。

幼い頃に、皆さん習い事や学校の授業で1度は書道に取り組んだ事があるでしょう。それを思い出しながら皆さんそれぞれ手本を希望されます。

1～2か月様子を見た後、個性に合わせて書体を考え、自宅から私が拓本を持ってきて、それをお勧めすることもあります。条幅に挑戦してもらうために、百人一首を2首ずつ、手本を書きすすめ、現在は60まで進んでいます。墨絵に挑戦している方、小さい字をボールペン、筆ペンを使って書く方、感性のままに芸術的な字を書く方もいますので、各々に合わせてその書き方（筆使い）を指導しています。皆さん本当に個性豊かに取り組んでいらっしゃいます。この時間をきっかけに書にハマリ、趣味にしている方もおり、大変うれしく思っています。



道具は病院に揃っています

先生にお願いして、色々な手本を書いてもらえます



当院のデイケアのご利用を希望される際には、まずはお電話でお問い合わせください。

デイケア(直)TEL : 044-934-0068 (9:00~17:00)