

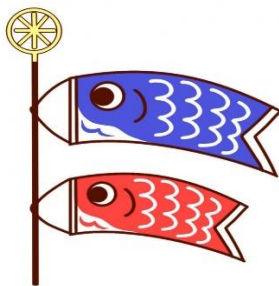
6月のデイケアだよ!

1. 創作(木)午前

みなさん、ゴールデンウィークはどう過ごされましたか?
5月の創作では、こいのぼりと富士山を作製しました。
富士山は立体的で、こいのぼりは羽ばたいていて
躍動感がありますね!(^^)!

【参加者の声】

- 「5月」を強調するため、モザイク模様にするなど、
細かい作業まで工夫して仕上げています。
- 稲作がリアルに再現出来ました。
- 立体感が出るように工夫しました。



2. 栄養教室 毎月第1木曜日

月初めに開催されている、管理栄養士による栄養教室。

今回のテーマは「時間栄養学」。

食事をする理想の時間や間隔、どの時間にどんな栄養素をとれば良いか学ぶ事ができました。

【参加者の声】

- 今回もプロジェクターを使って、わかりやすい資料で教えてもらえた。
- たくさんの質問が出て、メンバーの興味がある内容なんだと思った。
- 夕食を分食にするなど、知らなかった事がたくさんあった。



※ このページは就労準備プログラムに参加しているメンバーが作成しています!

6月デイケア予定表

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
午前10時 ～ 11時15分	プログラムは予告なく変更となる事がありますので、予めご了承ください。	ハトフルジム	園芸	DVD体操	清掃活動
		就労準備	創作	農園	ストレッチ
午後1時半～2時 40分		音楽	ハトフルジム	卓球	フラワーアレンジメント
		就労準備	栄養教室	書道	卓球
		6(月)	7(火)	8(水)	9(木)
午前10時 ～ 11時15分	園芸	園芸	園芸	園芸	園芸
	DVD体操	ピンポン	ハトフルジム	創作	体操/農園
午後1時半～2時 40分	みんなでトーク	ものづくり	音楽	ハトフルジム	卓球
	ハトフルジム	やさしい心理講座	就労準備	SST(基礎)	当事者研究
		13(月)	14(火)	15(水)	16(木)
午前10時 ～ 11時15分	園芸	園芸	園芸	園芸	園芸
	DVD体操	ピンポン	ハトフルジム	創作	DVD体操
午後1時半～2時 40分	みんなでトーク	ものづくり	音楽	ハトフルジム	卓球
	ハトフルジム	SST(応用)	就労準備	SST(基礎)	書道
		20(月)	21(火)	22(水)	23(木)
午前10時 ～ 11時15分	園芸	園芸	園芸	園芸	園芸
	DVD体操	ピンポン	メンバーミーティング	創作	DVD体操
午後1時半～2時 40分	みんなでトーク	ものづくり	誕生日会	ハトフルジム	卓球
	ハトフルジム	SST(応用)	就労準備	SST(基礎)	当事者研究
		27(月)	28(火)	29(水)	30(木)
午前10時 ～ 11時15分	園芸	園芸	園芸	園芸	園芸
	DVD体操	ピンポン	デイケア運動会	創作	
午後1時半～2時 40分	みんなでトーク	ものづくり	デイケア運動会	ハトフルジム	
	ハトフルジム	SST(応用)		SST(基礎)	

プログラムは予告なく変更となる事がありますので、予めご了承ください。

大掃除
傘立ての整理を月末の晴れた日に行うことになりました。玄関をきれいに保つため、置き傘はしないようお願いいたします。

★補足★
9:25～ ラジオ体操
9:30～ 朝のミーティング
10:20 昼食注文 締切
14:50～ 午後のミーティング
15:00 夕食注文 締切

※「ハトフルジム」はボクササイズの事です。

デイケアへのお問い合わせ 044-833-7388

6月のプログラム&イベント

ハトフルジム

ボクササイズや筋トレを楽しみながら出来るこのプログラム！
運動に十分なスペース確保できるよう、先月から15名定員で実施しています。
事前に申し込みをできるのは「週2回まで」ですのでご注意ください。
当日、参加希望者が15名を下回っている場合は予約なしでも参加が可能です。

栄養教室

6月の栄養教室のテーマは「市販の冷凍野菜」です。
下処理の済んだ野菜が冷凍されている便利商品。皆さんは購入したことありますか？
生野菜とは栄養素や調理方法にどんな違いがあるのでしょうか？
上手に活用して野菜をたくさん食べましょう！！

ストレッチ

隔週の土曜に実施しているこのプログラム。
健康運動指導士の指導の下、ストレッチや筋カトレニングなどの運動を行っています。
運動不足を感じているの方や筋力アップを目指している方は是非参加しましょう！

園芸・農園

昨年から育てている玉ねぎの根元が少し丸くなってきました！6月の収穫が楽しみです。
先月からは夏に向けてピーマン・かぼちゃ・小玉スイカ・きゅうり・ヒョウタン・ふうせんかずら
も育てています。天気の良い日はプログラム時間外にも水撒きをしますのでご協力お願いしま

ものづくり

「ものづくり」は陶芸や合同作品など、様々な創作の場となっています。
黙々と作業をしたり、合間におしゃべりを楽しんだり、和やかな雰囲気で行っています。
作業療法士のスタッフもいますので、作業のアドバイスも受けられますよ。

就労準備プログラム

就労準備プログラムは主治医に相談の上、ご参加ください。
↓就労関連プログラムは水曜以外にもありますので、併せてご参加ください。
月初または月末の(月)午前・月間予定表作成(対象:就労を検討している方)
※6月分は5月30日、7月分は7月4日に予定表作成を行います。
第1(火)午後・やさしい心理講座(対象:就労準備プログラムに参加中の方)
第3(土)午前・働く人の座談会(対象:現在就労しているデイケアメンバー)
★6月18日(土)午前は就労準備×働く人の座談会、合同のプログラムです！！
働くことについて、自分について、それを取り巻くetc.を語り合しましょう。

デイケア運動会

恒例のイベント「デイケア運動会」を開催します☆
今回も様々な競技(レクリエーションやゲームのような内容)を企画中なので楽しみに♪
デイケア・ショートケアのいずれでも参加できます(チームや景品の違いは有)。
詳細はポスターなどでお知らせしていきますので、来所時は是非チェックをしてください！

お知らせ

★参加時間★

	実施曜日	入室時間	滞在時間
ショートケア(午前)	月～土	9～10時	3時間
ショートケア(午後)	月～土	12～14時	3時間
デイケア	月～土	9～10時	6時間

※ ショート(午後)は昼食を食べる場合を含め、12時以降に入室してください。

★外出可能な時間……12:30～13:00 デイケア参加者

15:30～16:00 デイケアで夕食まで残る人

※ショートケアで参加の場合途中の外出はできません

<感染対策について>

1、入室手順の変更

◎デイケア前に並ぶのは8時50分以降にしてください。外来で待つことも出来ません。

①検温(玄関ホール)

②手指消毒(玄関ホール)

③入室…午前:男性はAホール、女性はBホールから。午後:男女ともAホールから。

③手洗い…午前:男性Aホール、女性Bホールの流しを使用。午後:どちらの流しでも可。

1、外用マスクを外す→ 2、手洗い→ 3、院内用マスクを付ける

※マスクを忘れた場合は院内売店でご購入をお願い致します。

※問診票の代わりに出席簿の体調「良/不良」の欄への記入をお願い致します。

2、持ち物について

・筆記用具(個人活動で使う色鉛筆等を含む)をご持参ください。

・デイケア(院内)専用マスクをご持参ください。外から付けてきたマスクは捨てるか手荷物へ。

・荷物や上着は基本的にロッカーにしまい、テーブルの上には置かないようお願いします。

・飲食物を冷蔵庫に保管する際は、記名の上、必ず当日中にお持ち帰り下さい。

3、プログラムについて

・プログラム参加者が多い場合、参加していない方に移動をお願いすることがあります。

・創作等のテーブルの移動を伴うプログラムの時は、飲み物等を置くテーブルを用意します。

流しやゴミ箱付近は汚れる可能性があるため、コップ等を置くのは避けましょう。

ハートフル・ガーデン



玉ねぎ!

入口の花壇



かぼちゃの苗



スイカの苗

